

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven	
		07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida					07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida
		08:30	CARDIO & TONO Marta					08:30	CARDIO & TONO Marta
9:00	GYM MUSIC Susi			09:00	GYM MUSIC Susi				
10:00	PILATES Marta			10:00	POSTURAL PILATES Marta				
12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	ESSENTIAL YOGA Linda
		16:30	POSTURAL TRAINING Marta			16:30	GINNASTICA DOLCE Marta		
						17:30	ZUMBA GOLD Susi		
18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	STRONG Silvia
18:30	FITBOXE Davida	18:30	TABATA Susi	19:00	STRONG Silvia	18:30	ZUMBA STEP Susi		
19:00	POWER BODY Ilaria P.	19:30	KARATE Antonio ↵	19:30	CALISTHENICS Michele ↵	19:30	KARATE Antonio ↵		
19:30	POSTURAL PILATES Giulia	19:30	CARDIO BOXING Chiara	20:00	PILATES WORKOUT Silvia	19:30	CARDIO BOXING Chiara		
19:30	CALISTHENICS Michele ↵	19:30	FUNCTIONAL TRAINING Davida						
20:00	ZUMBA Susi								

WE_BEAT

CORNEDO
CORSI 2023-24

CORSO EXTRA
ABBONAMENTO ↵

I corsi variano da 45 a 55 minuti, salvo diversa indicazione

I corsi potranno subire variazioni. Si svolgeranno con un minimo di 7 partecipanti

**PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA**