

ORARIO CORSI da 1/03

LUNEDÌ

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:30 - 10:00	CRUNCH TIME con MAX		1
10:00 - 11:00	MAXWORKOUT TONE con MAX		1
10:00 - 11:00	ACQUAGYM con LUCA		P
11:00 - 11:30	STRETCHING con MAX		1
12:45 - 13:00	CRUNCH TIME con MAX		1
13:00 - 14:00	MAXWORKOUT FUNCTIONAL con MAX		1
17.30 - 18:15	FLEXABILITY con SERENA		2
18:15 - 19:15	PILATES con SERENA		2
19:00 - 19:45	AERODANCE con MAX		1
19:45 - 20:45	MAXWORKOUT DANCE con MAX		1
19:30 - 20:30	GROUP CYCLING con RINO		3

MARTEDÌ

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:00 - 10:00	PILATES con SERENA		1
09:00 - 09:45	PANCAFIT con AUGUSTO		2
09:45 - 10:30	STRETCHING POSTURALE con AUGUSTO		2
10:00 - 11:00	ACQUAGYM con MAX		P
10:00 - 11:00	YOGALATES con ANNA		1
10:30 - 11:15	PANCAFIT con AUGUSTO		2
13:00 - 14:00	HYDROBIKE con LUCA		P
13:00 - 14:00	PILATES con ANNA		1
17.30 - 18:15	STRONG con ANTONIO		1
18:00 - 19:00	ACQUAGYM con MAX		P
18:15 - 19:00	TABATA WORKOUT con ANTONIO		1
18:30 - 19:30	FLOOR con LUCA		2
19:00 - 19:30	CRUNCH TIME con MAX		1
19:30 - 20:45	MAXWORKOUT FUNCTIONAL con MAX		1

MERCOLEDÌ

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:30 - 10:00	CRUNCH TIME con MAX		1
10:00 - 11:00	MAXWORKOUT CARDIO con MAX		1
10:00 - 11:00	BODY FLOW con MICHELE		2
10:00 - 11:00	HYDROBIKE con LUCA		P
11:00 - 11:30	STRETCHING con MAX		1
12:45 - 13:00	CRUNCH TIME con MAX		1
13:00 - 14:00	MAXWORKOUT con MAX		1
13:00 - 14:00	ACQUAGYM con BEPPE		P
17.30 - 18:15	STRETCHING POSTURALE con AUGUSTO		2
18:15 - 19:00	PANCAFIT con AUGUSTO		2
18:30 - 19:30	ACQUAGYM - ACQUA ALTA con BEPPE		P
19:30 - 20:15	GLUTEO SCULPT con SILVIA		1
19:30 - 20:30	GROUP CYCLING con RINO		3
20:15 - 21:00	UPPER TONE con SILVIA		1

GIOVEDÌ

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:00 - 10:00	PILATES con SERENA		1
09:00 - 09:45	PANCAFIT con AUGUSTO		2
09:45 - 10:30	STRETCHING POSTURALE con AUGUSTO		2
10:00 - 11:00	ACQUAGYM con MAX		P
10:00 - 11:00	YOGALATES con ANNA		1
10:30 - 11:15	PANCAFIT con AUGUSTO		2
12:45 - 13:00	CRUNCH TIME con MAX		1
13:00 - 14:00	MAXWORKOUT CARDIO con MAX		1
13:00 - 14:00	HYDROBIKE con LUCA		P
18:15 - 19:00	BODY FLOW con MICHELE		1
18:00 - 19:00	ACQUAGYM con MAX		P
18:30 - 19:30	FLOOR con LUCA		2
19:00 - 20:00	HYDROBIKE con ROSS		P
19:00 - 19:30	CRUNCH TIME con MAX		1
19:30 - 20:45	MAXWORKOUT con MAX		1

VENERDÌ

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:45 - 10:45	ACQUAGYM con LUCA		P
09:30 - 10:00	CRUNCH TIME con MAX		1
10:00 - 11:00	MAXWORKOUT DANCE con MAX		1
10:00 - 11:00	BODY FLOW con MICHELE		2
11:00 - 11:45	FLEXABILITY con ANNA		2
13:00 - 14:00	PILATES con ANNA		2
13:00 - 14:00	AEROBIC CIRCUIT con LUCA		1
19:30 - 20:15	TOTAL BODY WORKOUT con SILVIA		1
20:15 - 21:00	CARDIO STEP con SILVIA		1

SABATO

Orario	Attività	Insegnante	Sala
09:30 - 10:15	PANCAFIT con AUGUSTO		2
10:15 - 11:00	STRETCHING POSTURALE con AUGUSTO		2
11:00 - 12:00	YOGA con SARA		2
11:00 - 11:45	TABATA WORKOUT con ANTONIO		1



Prenotati subito! sull App **WELL TEAM**
Oppure chiamaci allo 0332281919

