

IL SEGUENTE ORARIO ENTRERA' IN VIGORE DAL 15 SETTEMBRE

Sala Fitness										
Giorno	ANTIMERIDIANO			POMERIDIANO			SERALE			
Lunedì		9.30-10.20 STRETCH & TONE	10.30-11.20 FIT MAMY		13.30-14.20 PILATES*		17.25 -18.15 ZUMBA FIT	18.15-19.05 FIT BOX	19.05 - 19.55 GAG	20.00-20.50 CROSS TRAINING*
Martedì		9.30-10.20 PILATES	11.00-11.50 BODY TONE				17.30 -18.20 FUNCTIONAL WORKOUT	18.20-19.10 FIT BOX	19.10-20.00 PILATES*	20.05-20.55 PUMP
Mercoledì		9.30-10.20 PUMP	10.30-11.20 FIT MAMY		13.30-14.20 CROSS TRAINING*		17.25-18.15 TOTAL BODY	18.15-19.05 ZUMBA FIT	19.05-19.55 FUNCTIONAL WORKOUT	20.00-20.50 CROSS TRAINING*
Giovedì		9.30-10.20 PILATES	11.00-11.50 BODY TONE				17.30 -18.20 FUNCTIONAL WORKOUT	18.20-19.10 PUMP	19.10-20.00 PILATES*	20.05-20.55 CROSS TRAINING*
Venerdì		9.30-10.20 STRETCH & TONE			13.30-14.20 STRETCHING		17.25 -18.15 TOTAL BODY	18.15-19.05 ZUMBA FIT	19.05-19.55 FUNCTIONAL WORKOUT	20.00-20.50 CROSS TRAINING*
Sabato	8.45-9.35 STRETCHING	9.35-10.25 BODY TONE								
Domenica										

SALA PESI	
Giorno	ANTIMERIDIANO
Lunedì	7.00 - 21.15
Martedì	7.00 - 21.15
Mercoledì	7.00 - 21.15
Giovedì	7.00 - 21.15
Venerdì	7.00 - 21.15
Sabato	7.00 - 18:45
Domenica	8.00 - 13.00

***LEZIONI CON PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Gli orari delle lezioni potrebbero subire delle variazioni a discrezione della Direzione



Clicca mi piace su SIS Sistemi Integrati per lo Sport
Clicca mi piace su Romanina Sporting Center

Seguici su twitter @sistemisport

