

ORARIO CORSI COLLETTIVI STAGIONE 2018 - 2019



www.fitness-time.it

Per info

Tel:0522 337235

Cell: 338 710 36 43

SALA CORSI

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
10,20 - 11,10 TOTAL BODY		10,20 - 10,50 STRETCHING		10,20 - 11,10 STRETCHING	10,15 - 11,05 STEP
13,10 - 14,00 TOTAL BODY	13,15 - 14,05 PILATES AV.	13,10 - 14,00 ARKE'™	13,15 - 14,05 STRETCHING	13,10 - 14,00 BOSU	
		16,00 - 16,50 STEP COREO	15,45 - 16,35 CORPO LIBERO		15,15 - 16,05 SURPRISE
	17,30 - 18,20 STRETCHING			17,30 - 18,20 CIRCUIT TONE	
18,00 - 18,50 ZUMBA	18,30 - 19,20 BOSU	18,35 - 19,25 ZUMBA	18,45 - 19,35 PUSH POWER	18,30 - 19,20 PILATES PRINC.	
19,00 - 19,50 TOTAL BODY	19,45 - 20,35 TOTAL BODY	19,30 - 20,20 ARKE'™	19,45 - 20,35 FIT BOXE		
					DOMENICA
					09,15 - 10,05 SURPRISE

PISCINA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
09,20 - 10,10 ACQUAGYM	09,00 - 13,00 PISCINA CHIUSA PER MANUTENZIONE	09,20 - 10,10 ACQUAGYM		09,20 - 10,10 ACQUAGYM	11,15 - 12,05 ACQUAGYM "P"
10,20 - 17,20 NUOTO LIBERO		10,20 - 16,50 NUOTO LIBERO	9,00 - 17,20 NUOTO LIBERO	10,20 - 18,20 NUOTO LIBERO	12,15 - 17,30 NUOTO LIBERO
17,30 - 18,20 ACQUAGYM	13,10 - 18,35 NUOTO LIBERO	17,00 - 17,50 ACQUAGYM	16,45 - 17,35 ACQUAGYM		DOMENICA
	18,45 - 19,35 ACQUAGYM	18,00 - 21,30 NUOTO LIBERO	18,30 - 21,30 NUOTO LIBERO	18,30 - 19,20 ACQUAGYM	10,15 - 11,05 ACQUAGYM "P"
18,30 - 21,30 NUOTO LIBERO	19,45 - 21,30 NUOTO LIBERO			19,30 - 21,30 NUOTO LIBERO	11,15 - 14,30 NUOTO LIBERO

PISCINA, BAGNO TURCO E SAUNA CHIUDONO 30 MINUTI PRIMA DELLA CHIUSURA DEL CLUB

GROUP CYCLING

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
					14,15 - 15,05 GROUP CYCLING®
	13,10 - 14,00 GROUP CYCLING®		13,10 - 14,00 GROUP CYCLING®	13,30 - 14,00 H.I.I.T.	
				19,30 - 20,20 GROUP CYCLING®	DOMENICA
20,10 - 21,00 GROUP CYCLING®		19,40 - 20,30 GROUP CYCLING®			11,15 - 12,05 GROUP CYCLING®

TUTTI I CORSI SONO A PRENOTAZIONE CON LA APP. MYWELLNESS O IN RECEPTION

I CORSI SONO ATTIVATI CON UN MINIMO DI CINQUE PERSONE - L'ORARIO PUO' SUBIRE MODIFICHE