

ORARIO CORSI PALESTRA OLYMPIA STAGIONE 2019/2020

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
SALA FITNESS	SALA DANZA	SALA FITNESS	SALA DANZA	SALA FITNESS	SALA DANZA	SALA FITNESS	SALA DANZA	SALA FITNESS	SALA DANZA
	9.30 - 11.00 PILATES + STRETCH	10 -11 TONIFICAZIONE			9.30 - 11.00 PILATES + STRETCH	10 -11 AEROBICA			
13 - 13.50 AEROBICA		13 - 13.50 ZUMBA				13 - 13.50 ZUMBA		13 - 13.50 TONIFICAZIONE	
	17 - 18 PILATES	17.30 - 18.30 ZUMBA teen				17.30 - 18.30 ZUMBA teen	17 - 18 PILATES		
	18 - 19 ZUMBA	18.30 - 19.15 ZUMBA	18.30 - 19.30 TAI CHI*		18.30 - 19.30 ZUMBA	18.30 - 19.30 TAI CHI*	18 - 19 Gambe Addominali Glutei + AERO-BOXE		18.30 - 19.30 ZUMBA
	19 - 20 XTEMPO go dance	19.15 - 20.00 TONIFICAZIONE			19.30 - 20.30 ZUMBA step		19 - 20 XTEMPO energy		19.30 - 20.30 FITBALL

ORARIO VALIDO DAL 1 OTTOBRE 2019 AL 15 GIUGNO 2020 - LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI APPORTARE VARIAZIONI

* CORSI SOGGETTI A PAGAMENTO A PARTE