

CORSI TERRA DAL 12 GIUGNO 2023

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO
STEVEN	GARDEN	STEVEN	GARDEN	STEVEN	GARDEN	STEVEN	GARDEN	STEVEN	GARDEN	STEVEN
8:30 GIN. DINAMICA Sala Steven	05:30 - 09:00 PERSONAL GYM Sala Olos			8:30 GIN. DINAMICA Sala Steven	05:30 - 09:00 PERSONAL GYM Sala Olos			8:30 GIN. DINAMICA Sala Steven	05:30 - 09:00 PERSONAL GYM Sala Olos	
09:30 - 10:30 30' CUORE 30' TONO Sala Steven			9:00 YOGA Sala Rosa	09:30 - 10:30 30' CUORE 30' TONO Sala Steven	9:00 FUNZIONALE Sala Rosa	9:00 TOTAL BODY Sala Steven	9:00 YOGA Sala Rosa	09:30 - 10:30 30' CUORE 30' TONO Sala Steven	9:00 TONIFICAZIONE Sala Rosa	09:00 PILATES Sala Steven
	10:00 TOTAL BODY Sala Rosa	10:00 PILATES Sala Steven	10:00 TONIFICAZIONE Sala Rosa			10:00 - 11:00 30' CUORE 30' TONO Sala Steven	10:00 TONIFICAZIONE Sala Rosa			
13:00 - 14:30 30' CUORE 30' HARD FIT 30' MENTE Sala Steven	13:00 FUNZIONALE Sala Rosa	13:00 PILATES Sala Steven	13:00 TONIFICAZIONE Sala Rosa	13:00 - 14:30 30' CUORE 30' HARD FIT 30' MENTE Sala Steven	13:00 PILATES Sala Rosa	13:00 PILATES Sala Steven	13:00 TONIFICAZIONE Sala Rosa	13:00 FUNZIONALE Sala Steven	13:00 YOGA Sala Rosa	
	16:00 - 18:00 PERSONAL GYM Sala Olos		16:30 - 19:30 PERSONAL GYM Sala Olos				16:30 - 19:30 PERSONAL GYM Sala Olos			
18:15 KETTLEBELL Sala Steven	18:00 GROUP CYCLING Palabasket	18:15 STEP TONO Sala Steven		18:15 TONIFICAZIONE Sala Steven	18:00 GROUP CYCLING Palabasket	18:15 STEP COREO Sala Steven			18:00 GROUP CYCLING Palabasket	
18:30 - 19:00 FOCUS GLUTEI Sala Fitness	18:30 PILATES/YOGA FUSION Sala Rosa		18:20 30' CUORE 30' LADY FIT Sala Rosa	18:30 - 19:00 FOCUS ADD+GAMBE Sala Fitness	18:30 YOGA Sala Rosa		18:20 30' CUORE 30' LADY FIT Sala Rosa	18:30 - 19:00 FOCUS CARDIO Sala Fitness	18:30 TONIFICAZIONE Sala Rosa	
19:15 - 20:15 30' CUORE 30' HARD FIT Sala Steven		19:15 PUSH Sala Steven	19:20 PILATES Sala Rosa	19:15 - 20:15 30' CUORE 30' HARD FIT Sala Steven		19:15 PUSH Sala Steven	19:20 PILATES Sala Rosa	19:15 - 20:15 30' CUORE 30' HARD FIT Sala Steven		
	19:30 STEP Marco				19:30 STEP Sala Rosa				19:30 STEP Sala Rosa	
SERVIZIO A PAGAMENTO										