



# **FITNESS A PRENOTAZIONE**

## **ORARI PALESTRA**

**da lunedì 4 ottobre a venerdì 10 giugno**

**lunedì ore 17,10**

**Functional Training**

**ore 18,00**

**Core Stability**

**martedì ore 9,00**

**Gym Dolce**

**ore 9,50**

**Abs Time + Stretching**

**mercoledì ore 9,00**

**Afa**

**ore 9,50**

**Posturale**

**ore 18,00**

**Functional Training**

**ore 18,50**

**Core Stability**

**venerdì ore 9,00**

**Afa**

**ore 9,50**

**Gym Dolce**

**ore 10,40**

**Posturale**

**ore 17,10**

**Total Body**

**ore 18,00**

**Circuit**

**ore 18,50**

**Pilates**