ORARIO FITNESS&AQUAFITNESS dal 19/04/2022

B.FIT - via Luigi Galvani 49 - 20025 Legnano (MI) - Tel: +39 0331 598646 - Fax: +39 0331 597050 - Ge.Spo.Le - Società sportiva dilettantistica a responsabilità limitata. Registro CONI 106875 cod. affiliazione 0308111 - Partita IVA: 06565970966

LUNEDI'

09:15	10:00	PILATES	Tatiana Ahuren	Vetri 1
09:15	10:00	AQUA FIT	Stefania Salvatori	Piscina
09:30	10:30	VINYASA YOGA	Irina Snegovaya	Vetri 2
10:05	10:50	BODY TONE	Tatiana Ahuren	Vetri 1
10:15	11:00	IDROBIKE	Patrizia Montanaro	Piscina
12:45	13:30	AQUA TONE	Raffaella Schlegel	Piscina
13:00	14:00	POWER TONE	Irina Snegovaya	Vetri 1
18:30	19:00	SPECIAL G.A.G.	Paola Brandellero	Vetri 1
18:30	19:15	AQUA WALKING	Stefania Salvatori	Piscina
19:00	19:45	SPINNING sera	Gianni Dolce	Spinning
19:05	20:05	PUMP	Paola Brandellero	Vetri 1
19:30	20:15	STRIDING	Cristina Motta	Striding
19:30	20:15	AQUA CIRCUIT	Stefania Salvatori	Piscina
20:15	21:15	PILATES	Chiara Bortot	Vetri 1

MERCOLEDI'

09:00	09:45	POSTURAL	Barbara Busnelli	Vetri 1
09:15	10:00	AQUA FIT	Laura Bozzato	Piscina
09:30	10:30	VINYASA YOGA	Irina Snegovaya	vetri 2
09:50	10:35	SPECIAL G.A.G.	Barbara Busnelli	Vetri 1
10:15	11:00	IDROBIKE	Patrizia Montanaro	Piscina
12:00	12:30	AQUA JUMP	Stefania Salvadori	Piscina
12:30	13:00	AQUA JUMP	Stefania Salvadori	Piscina
12:45	13:30	SPINNING pranzo	Manuela Melis	Spinning
13:00	14:00	FUNCTIONAL TRNG	Alessandro Arui	Vetri 1
14:30	15:15	PILATES	Arianna Crespi	Vetri 1
18:30	19:00	SPECIAL G.A.G.	Paola Brandellero	Vetri 1
19:15	20:00	SPINNING sera	Gianni Dolce	Spinning
19:05	19:50	PUMP	Paola Brandellero	Vetri 1
19:30	20:15	AQUA CIRCUIT	Carla Venice	Piscina
19:30	20:15	STRIDING	Cristina Motta	Striding
20:00	20:45	AERO DANCE	Andrea Gasparoli	Vetri 1
20:50	21:40	FIT BOXE	Andrea Gasparoli	Vetri 1

VENERDI'

9.00	10:00	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 1
09:15	10:00	AQUA FIT	Carla Venice	Piscina
10:05	11:05	PILATES	Tatiana	Vetri 1
10:15	11:00	IDROBIKE	Carla Venice	Piscina
12:30	13:15	IDROBIKE	Patrizia Montanaro	Piscina
12:45	13:30	SPINNING pranzo	Sonia Vignati	Spinning
13:00	14:00	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 1
14:30	15:15	PILATES	Arianna Crespi	Vetri 1
18:15	19:15	PILATES	Tatiana Ahuren	Vetri 1
19:00	19:45	SPINNING sera	Fabio Toriello	Spinning
19:20	20:20	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 1

Il presente orario potrebbe essere suscettibile di variazioni.
Sarà cura del Centro Sportivo comunicarle e renderle visibili
sul sito web www.bfit.it/orari.
RICORDATE LA PRENOTAZIONE TRAMITE APP BROWSER.
Se non l'hai ancora fatto, abilitala tua mail alle prenotazioni e ...
assicurati un posto a lezione !

MARTEDI'

09:00	10:00	GINNASTICA FUNZ.	Catia Daniele	Vetri 1
09:00	10:00	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 2
09:15	10:00	AQUA FIT	Carla Venice	Piscina
10:05	10:50	BODY TONE	Andrea Gasparoli	vetri 1
10:15	11:00	AQUA STEP	Stefania Salvatori	Piscina
10:55	11:40	SPINNING mattino	Angelika Flore	Spinning
13:00	14:00	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 1
13:00	13:45	AQUA GAG	Carla Venice	Piscina
18:15	19:15	PILATES	Tatiana	Vetri2
18:45	19:30	PILATES&FUSION	Carlo Onofrio	Vetri 1
19:15	20:00	AQUA STEP	Irene Colombo	Piscina
19:20	20:20	POSTURAL ACTIVITY	Massimiliano Aurilio	Vetri 2
19:30	20:15	SPINNING sera	Daniele Turretta	Spinning
19:35	20:20	TRAINING REVOLUTIO	Carlo Onofrio	Vetri 1
20:25	21:10	CROSS TRAINING	Carlo Onofrio	Vetri 1
20:30	21:15	SPINNING sera	Daniele Turretta	Spinning

GIOVEDI'

09:15	10:00	DYNAMIC POSTURAL	Alda Clementi	Vetri 1
09:15	10:00	AQUA FIT	Stefania Salvatori	Piscina
10:05	10:50	AERO DANCE	Alda Clementi	Vetri 1
10:05	10:50	BALANCE	Andrea Gasparoli	Vetri 2
10:15	10:45	AQUA WALKING	Patrizia Montanaro	Piscina
10:45	11:15	AQUA WALKING	Patrizia Montanaro	Piscina
13:00	14:00	POWER TONE	Alda Clementi	Vetri 1
13:00	13:45	AQUA GAG	Stefania Salvatori	Piscina
18:30	19:15	BODY TONE	Barbara Busnelli	Vetri 1
18:30	19:15	IDROBIKE	Patrizia Montanari	Piscina
18:45	19:30	STRIDING	Cristina Motta	Striding
19:20	20:05	COREO STEP	Barbara Busnelli	Vetri 1
19:30	20:15	SPINNING sera	Daniele Turretta	Spinning
19:30	20:00	AQUA JUMP	Tania Lardo	Piscina
20:00	20:30	AQUA JUMP	Tania Lardo	Piscina
20:10	20:55	CARDIO TONE	Barbara Busnelli	Vetri 1
20:30	21:15	SPINNING sera	Daniele Turretta	Spinning

SABATO

09:45	10:30	STRIDING	Cristina Motta	Striding
10:00	10:45	AERO DANCE	Barbara Busnelli	Vetri 1
10:45	11:30	SPINNING mattino	Berny Mancino	Spinning
10:50	11:35	CARDIO TONE	Barbara Busnelli	Vetri 1
11:30	12:15	AQUA GAG weekend	a rotazione	Piscina
12:30	13:15	IDROBIKE	a rotazione	Piscina

DOM

10:00	10:45	SPECIAL CLASS 1	a rotazione	Vetri 1
10:45	11:30	SPINNING mattino	rotazione	Spinning
10:50	11:35	SPECIAL CLASS 2	a rotazione	Vetri 1
11:00	11:45	AQUA GAG weekend	a rotazione	Piscina

MANTENETE LE DISTANZE DI SICUREZZA, CAMBIATE LE
CALZATURE CON L'ACCESSO IN SALA E DISINFETTATE
GLI ATTREZZI DOPO L'UTILIZZO.
VI RICORDIAMO DI ACCEDERE ALLE LEZIONI IN ORARIO *Grazie*