

PLANNING OUTDOOR (dal 28/4/2021)

Giorno	Ora Inizio	Attività	Istruttore
Lunedì	10.00	BODY TONIC outdoor	Zani Orazio
Lunedì	12.45	SPINNING outdoor	Loda Nicola
Lunedì	18.00	TRX outdoor (30')	Piotti Gabriele
Lunedì	18.30	ZUMBA outdoor	Bonetti Michela
Lunedì	19.30	CROSS TRAINING outdoor	Bonetti Michela
Martedì	10.00	YOGA outdoor	Pezzoli Patrizia
Martedì	12.45	BODY TONIC outdoor	Pavido Jessica
Martedì	18.00	TOTAL PUMP outdoor	Vanazzi Silvia
Martedì	19.00	POSTURALE outdoor	Poli Giusy
Mercoledì	10.00	BODY TONIC outdoor	Vanazzi Silvia
Mercoledì	12.45	SPINNING outdoor	Loda Nicola
Mercoledì	18.00	FUNCTIONAL PUMP outdoor	Zani Orazio
Mercoledì	19.00	SPINNING outdoor	Reboni Gian Michele
Giovedì	10.00	POSTURALE outdoor	Poli Giusy
Giovedì	12.45	TOTAL TRAINING outdoor	Poli Giusy
Giovedì	18.00	TRX outdoor (30')	Piotti Gabriele
Giovedì	18.30	ENDURANCE outdoor	Bonetti Michela
Giovedì	19.30	ZUMBA outdoor	Bonetti Michela
Venerdì	10.00	YOGA outdoor	Pezzoli Patrizia
Venerdì	12.45	PILATES outdoor	Pavido Jessica
Venerdì	18.00	BODY FUSION outdoor	Zani Orazio
Venerdì	19.00	SPINNING outdoor	Franchi Alida
Sabato	10.00	BODY TONIC outdoor	Pavido Jessica
Sabato	11.00	SPINNING outdoor	Reboni Gian Michele
Domenica	11.00	SPINNING outdoor	Ghirardelli Marco

Per accedere è obbligatoria la prenotazione

Il numero minimo di partecipanti affinché la lezione venga svolta è di 5.

L'ingresso è ammesso da **10' prima** l'orario dello slot/della lezione che si è prenotati.

L'accesso agli **spogliatoi e l'uso delle docce NON è permesso**. Consigliamo di arrivare già vestiti

Raccomandiamo la puntualità. Prima di accedere, si prega di strisciare il badge all'ingresso.

Al termine dell'allenamento, è obbligatorio registrare l'uscita.

[Si ricorda di essere in regola con la Quota Amm.va e la certificazione medica](#)