

Planning

in vigore dal 19 settembre 2022

	Attività	Orario	con
LUN	Flex & Tone	09:30	Ilaria
	Water Gym	10:00	Giusy
	Fitball WO	10:30	Ilaria
	Spinning®	12:45	Nicola
	Fitball WO	12:45	Ilaria
	Water Gym	14:15	Giusy
	TRX	18:00	Andrea
	Cross T.	18:30	Jessica
	Spinning®	19:00	Michele
Pilates	19:30	Jessica	

MAR	Yoga	10:00	Patrizia
	TRX	10:00	Gabriele
	Body Tonic	12:45	Jessica
	Total Pump	18:00	Giusy
	Postural Fit	19:00	Giusy
	Spinning®	19:00	Alida

MER	Pilates	09:30	Silvia
	Water Gym	10:00	Jessica
	Body Tonic	10:30	Silvia
	Spinning®	12:45	Nicola
	Pilates	12:45	Jessica
	TRX	18:00	Andrea
	Funct. Pump	18:00	Orazio
	Spinning®	19:00	Michele
	Cardio Step	19:00	Orazio

	Attività	Orario	con
GIO	Postural Fit	10:00	Giusy
	TRX	10:00	Gabriele
	Total T.	12:45	Giusy
	Water Gym	16:10	Giusy
	Special GAG	18:00	Giusy
	Endurance	18:30	Michela
	Spinning®	19:00	Alida
Zumba®	19:30	Michela	

VEN	Water Gym	10:00	Jessica
	Yoga	10:00	Patrizia
	Pilates	12:45	Jessica
	Water Gym	14:15	Jessica
	Body Fusion	18:00	Orazio
Postural Fit	19:00	Giusy	

SAB	Body Tonic	10:00	Jessica
	Spinning®	10:30	Michele
	Water Gym	11:00	Jessica

Ti raccomandiamo la puntualità e, soprattutto, se non puoi partecipare, di disdire per tempo la lezione, permettendo agli altri abbonati di poter partecipare.

P.le Europa, 38 - 25068 Sarezzo (BS) - Tel: +39 030 8908206 - Fax: +39 030 8905638

Società sportiva dilettantistica a responsabilità limitata. C.F & P.Iva 03046260984 www.special-onefitness.com

