

PALESTRA MOVIMENTI - PIANO CORSI 2009/2010

LUNEDI'

Orario	sala	CORSI	istruttore
9.30	1	PILATES	TELLA
9.30	2	HEAT	ALESSIO
10.30	1	TOTAL BODY	TELLA
13.00	1	POWER YOGA	TELLA
15.30	1	PANCAFIT	TELLA
19.30	2	HEAT	RAFFAELLA
19.30	1	FUMA	ELENA
19.30	3	PILATES	TELLA
20.30	1	PANCAFIT	TELLA
20.30	2	HIP HOP	ANNA

MERCOLEDI'

Orario	sala	CORSI	istruttore
9.30	1	POWER YOGA	TELLA
18.30	2	HEAT	TELLA
19.30	1	POWER YOGA	TELLA
20.30	1	PANCAFIT	TELLA

VENERDI'

Orario	sala	CORSI	istruttore
9.30	1	GREEN PILATES	TELLA
9.30	2	HEAT	TIZIANO
10.30	1	PANCAFIT	TELLA
10.30	3	TONE	TIZIANO
13.00	2	HEAT	GRAZIANO
19.00	2	HEAT	GRAZIANO

MARTEDI'

Orario	sala	CORSI	istruttore
9.30	1	BODY TONE	ELENA
9.30	3	GREEN PILATES	TELLA
10.30	1	PANCAFIT	TELLA
13.00	2	HEAT	TIZIANO
19.30	1	BODY STEP*	JAVIER
20.30	2	HEAT	GRAZIANO
20.30	2	BODY PUMP*	JAVIER

GIOVEDI'

Orario	sala	CORSI	istruttore
9.30	1	PILATES	TELLA
10.30	1	G.A.G.	TELLA
13.00	1	PILATES	TELLA
15.30	1	PANCAFIT	TELLA
19.00	1	PILATES	TELLA
19.30	1	BODY PUMP*	SIMONA
20.00	2	HEAT	ALESSIO
20.30	1	BODY STEP*	SIMONA

SABATO

Orario	sala	CORSI	istruttore
10.30	1	FUSION	TIZIANO
11.30	2	HEAT	ALESSIO

DOMENICA

Orario	sala	CORSI	istruttore

La Direzione si riserva l'opportunità di cambiare gli orari - Le lezioni si svolgono solo con un minimo di 4 partecipanti - Le lezioni di Heat richiedono la prenotazione e la mancata disdetta della stessa comporta il pagamento della lezione stessa.

* **Body Pump e Body Step** partiranno il 22/09/2009.