



Lunedì	Total Body 9.00 Raffaella	* Circuit 9.50 Raffaella		* Circuit 19.00 Francesca	* Bike 19.45 Francesca	
Martedì			* Bike 13.15 Sara	Total Body 19.00 Marcella	* Tread 19.45 Marcella	
Mercoledì	Soft 10.00 Valentina				* Bike 19.30 Sara	
Giovedì	Total Body 9.00 Raffaella	* Tread 9.50 Raffaella		* Tread 19.00 Francesca	* Circuit 19.45 Francesca	
Venerdì	Soft 10.00 Valentina		Tonic 13.15 Sara	* Circuit 18.15 Sara	* Bike 19.00 Vincenzo	* Bike 19.45 Vincenzo
Sabato		Tonic 11.15 Melissa	* Tread 12.00 Melissa	Total Body 18.15 Vincenzo		

Bike e Circuit:
obbligo calze
(consigliate
anche per
Tread)

*CORSI EXTRA

Lunedì	Nuoto Adattato 8.30 Ombretta			PosturalGym 18.45 Paola	PFA 20.00 Elisa
Martedì		Terra-Acqua 9.00 Elisa	AeroStep 10.00 Valeria		
Mercoledì				PosturalGym 18.45 Paola	
Giovedì	Nuoto Adattato 8.30 Ombretta		Circuit 10.00 Valeria		PFA 20.00 Elisa

*Obbligatoria
la
prenotazione

NEW
IN PALESTRA



Per **prenotare** il corso chiedere in reception o telefonare al numero **0383/41051**



Orari nuoto libero dall'10 Settembre 2018		
LUNEDÌ	07.00 - 15.00	19.00 - 21.30
MARTEDÌ	9.00 - 22.30	
MERCOLEDÌ	07.00 - 15.00	18.15 - 21.00
GIOVEDÌ	07.00 - 15.00	18.15 - 21.30
VENERDÌ	7.00 - 16.45	19.00 - 22.30
SABATO	8.00 - 20.00	
DOMENICA	8.00 - 13.00	

La Direzione si riserva il diritto di modificare o sospendere i corsi, fornendo preventiva comunicazione con affissione nel centro con un numero D'ISCRITTI uguale o inferiore a DUE. **Accertarsi alla reception che i corsi in brochure siano attivi**