



PLANNING CORSI WEEKEND



SABATO MATTINA e POMERIGGIO

11 GEN.	18 GENN.	25 GENN.	01 FEB.	08 FEB.	15 FEB.	22 FEB.	29 FEB.	07 MAR.	14 MAR.	21 MAR.	28 MAR.
ADDOMINALI CHIARA 9.30	ADDOMINALI MILENA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	ADDOMINALI STEFANIA 9.30	ADDOMINALI RAFFAELLA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	ADDOMINALI MILENA 9.30	ADDOMINALI CHIARA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	MOBILITY MILENA 9.30
WALKING* CHIARA 10.00	ZUMBA MILENA 10.00	WALKING* SARA 10.00	WALKING* STEFANIA 10.00	GAG RAFFAELLA 10.00	WALKING* SARA 10.00	WALKING* SARA 10.001	CROSS CARDIO MILENA 10.00	WALKING* CHIARA 10.00	WALKING* SARA 10.00	WALKING* SARA 10.00	CROSS CARDIO MILENA 10.00
GAG CHIARA 11.00	FIT TUBE MILENA 11.00	SUPER JUMP* SARA 11.00	ROLL TONE STEFANIA 11.00	H.I.I.T. RAFFAELLA 11.00	POWER PUMP* SARA 11.00	SUPER JUMP* SARA 11.00	REEJAM MILENA 11.00	PILATES CHIARA 11.00	TOTAL BODY SARA 11.00	TOTAL BODY LISA 11.00	ZUMBA MILENA 11.00
ACQUAGYM CHIARA 12.15	ACQUAGYM LISA 12.15	ACQUAGYM SARA 12.15	STRETCHING STEFANIA 12.15	BOXE UP RAFFAELLA 12.15	ACQUAJUMP* SARA 12.15	ACQUA CIRCUIT SARA 12.15	ACQUAGYM LISA 12.15	ACQUA CIRCUIT CHIARA 11.45	ACQUAGYM SARA 12.15	ACQUAGYM LISA 12.15	ACQUAGYM LISA 12.15
PANCAFIT* STEFANIA 14.00	PANCAFIT* CLAUDIO 14.00	PANCAFIT* ILARIA 14.00	PANCAFIT* STEFANIA 14.00	PANCAFIT* VALENTINA 14.00	PANCAFIT* ILARIA 14.00	PANCAFIT* CLAUDIO 14.00	PANCAFIT* ILARIA 14.00	PANCAFIT* VALENTINA 14.00	PANCAFIT* STEFANIA 14.00	PANCAFIT* CLAUDIO 14.00	PANCAFIT* ILARIA 14.00
PANCAFIT* STEFANIA 15.00	PANCAFIT* CLAUDIO 15.00	PANCAFIT* ILARIA 15.00	PANCAFIT* STEFANIA 15.00	PANCAFIT* VALENTINA 15.00	PANCAFIT* ILARIA 15.00	PANCAFIT* CLAUDIO 15.00	PANCAFIT* ILARIA 15.00	PANCAFIT* VALENTINA 15.00	PANCAFIT* STEFANIA 15.00	PANCAFIT* CLAUDIO 15.00	PANCAFIT* ILARIA 15.00

Corsi soggetti a **variazioni di trimestre in trimestre.**

Si prega di **avvisare in caso di assenza alla lezione, attenendosi alle modalità di disdetta dei corsi.**

IMPORTANTE

- Per svolgere le attività occorre consegnare il **certificato medico entro l'inizio delle lezioni.**
- La Direzione si riserva il **diritto di modificare il calendario corsi fornendo preventiva comunicazione** con affissione nel centro e di **sospenderli con un numero uguale o inferiore a 2 partecipanti.**
- Per prenotare il corso chiedere in reception o telefonare al numero **0331 606868.**
- Si ricorda di **portare sempre la propria tessera personale.**

gorla minore
FITNESS VILLAGE
 BY **GESTISPORT**



PLANNING CORSI WEEKEND



DOMENICA MATTINA

12 GEN.	19 GEN.	26 GEN.	02 FEB.	09 FEB.	16 FEB.	23 FEB.	01 MAR	08 MAR.	15 MAR.	22 MAR.	29 MAR.
ADDOMINALI AGATA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30	ADDOMINALI AGATA 9.30	ADDOMINALI LUISA 9.30	ADDOMINALI AGATA 9.30	MOBILITY MILENA 9.30	ADDOMINALI CHIARA 9.30	ADDOMINALI SARA 9.30		MOBILITY MILENA 9.30	ADDOMINALI CHIARA 9.30	ADDOMINALI AGATA 9.30
GAG AGATA 10.00	TOTAL BODY SARA 10.00	GAG AGATA 10.00	PILATES LUISA 10.00	TOTAL BODY AGATA 10.00	TOTAL BODY MILENA 10.00	FIT TUBE CHIARA 10.00	TOTAL BODY SARA 10.00	MASTERCLASS SELF DEFENCE WOMEN FRANCO 9.30 - 11.30	GAG MILENA 10.00	CIRCUIT TRAINIG CHIARA 10.00	TOTAL BODY AGATA 10.00
TOTAL BODY AGATA 10.00	SUPER JUMP* SARA 11.00	TOTAL BODY AGATA 11.00	FITBALL STRETCHING LUISA 11.00	SUPER JUMP* AGATA 11.00	ZUMBA MILENA 11.00	GAG CHIARA 11.00	SUPER JUMP* SARA 11.00		REEJAM MILENA 11.00	GAG CHIARA 11.00	SUPER JUMP* AGATA 11.00

Corsi soggetti a **variazioni di trimestre in trimestre.**

Si prega di **avvisare in caso di assenza alla lezione, attenendosi alle modalità di disdetta dei corsi.**

IMPORTANTE

- Per svolgere le attività occorre consegnare il **certificato medico entro l'inizio delle lezioni.**
- La Direzione si riserva il **diritto di modificare il calendario corsi fornendo preventiva comunicazione** con affissione nel centro e di **sospenderli con un numero uguale o inferiore a 2 partecipanti.**
- Per prenotare il corso chiedere in reception o telefonare al numero **0331 606868.**
- Si ricorda di **portare sempre la propria tessera personale.**

gorla minore
FITNESS VILLAGE
 BY **GESTISPORT**