






CORSI FITNESS DAL 17/09/18

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDE'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
ACQUASLIM				10.05 Paola		
ACQUA G.A.G. 		18.30 Noa				
ACQUAGYM	13.00 Paola 20.00 Marco	15.00 Marco	13.00 Paola	15.00 Marco 20.00 Marco		14.45 Paola/ Marco
PILATES	9.15 Paola	19.00 Paola		9.15 Paola	19.00 Paola	
AEROBIK DANCE 		18.15 Paola				
TOTAL BODY Fitball & step	10.05 Paola				18.15 Paola	
Metabolic Exercise Training	17.30 Marco		17.30 Marco			
G.A.G. CIRCUIT				19.20 Paola		
DRUMS				18.35 Paola		
FUNCTIONAL TRAINING 	18.45 Evelina		19.30 Evelina			
BODY WEIGHT	19.30 Evelina		18.45 Evelina			
AEROSTRIDING Corso su prenotazione		19.00 Marco				
SPINBIKE Corso su prenotazione		20.00 Marco		19.00 Marco		
SPINSOUL Corso su prenotazione	19.00 Davide		19.00 Davide			

CORSI WELLBACK SYSTEM

WELLBACKSYSTEM		9.15 Marco	19.00 Paola	18.00 Davide	18.30 Marco	9.00 Marco/Paola
----------------	--	------------	-------------	--------------	-------------	------------------

CORSI DI DANZA

GIOCO DANZA (dai 8 anni), DANZA MODERNA, HIP HOP, DANZA CLASSICA,
DANZA CONTEMPORANEA, HELL HOP (sui tacchi)
BALLI LATINI, BALLO DA SALA, BOOGIE WOOGIE