PLANNING SALE FITNESS

SALE 1° PIANO [SALE 4 e 5] SALA 4 SALA 5

ORA	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
9:00						
10:00		TONE UP	STRETCH & TONE		STRETCH & TONE	
11:00						
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00						
21:00						

SALA 1 - P. TERRA SALA 2- P. SECONDO

ORA	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
9:00		TOTAL BODY		GAG	TONE UP	
10:00		FLEXIBILITY		FLEXIBILITY	TONE UP	AEROBIC STEP
11:00						POWER TONE
12:00						STRETCH & TONE
13:00	GAG	TONE UP	TOP TONE	TONE UP	CIRCUIT TRAINING	
14:00						
15:00						
16:00						
17:00	CARDIO TONE		BODY FUNCTIONAL			
18:00	WEIGHT PUMP	GAG	TONE UP	PILOXING	STEP & TONE	
19:00		STEP & TONE	GAG	CIRCUIT TRAINING	CROSSTRAINING	
20:00	CARDIO TONE			FUNCTIONAL TRAINING		
21:00						
22:00						