

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO
8:45-9:35 STEP BASIC		8:45-9:35 GINNASTICA DOLCE	9:15-9:45 MINIGAG			8:45-9:35 PILATES				
9:45-10:35 ZUMBA GOLD		9:45-10:35 YOGA	9:45-10:35 STEP COREO	9:45-10:35 ZUMBA GOLD		9:45-10:35 GINNASTICA POSTURALE	9:45-10:35 ZUMBA FITNESS			
							10:45-11:35 STEP & TONE			11:00-11:50 FITPUMP
13:10-14:00 PILATES CON ATTREZZI		13:10- 14:00 ALL. FUNZIONALE		13:10-14:00 FLEXIBILITY				13:10-14:00 GAG		
		18:05-18:55 ZUMBA FITNESS						18:05-18:55 ZUMBA FITNESS		
19:10-20:00 STEP COREO		19:00-20:00 SNELLISSIMA	19:10-20:00 PILATES	19:10-20:00 STEP BASIC	19:05-19:55 INDOOR CYCLING	19:10-20:00 SUPERJUMP	19:10-20:00 GINNASTICA POSTURALE	19:00-20:00 SNELLISSIMA	19:10-20:00 PILATES	
20:10-21:00 ALL. FUNZIONALE	20:05-20:55 PILATES POSTURALE	20:05-20:55 GAG		20:05-20:55 PILATES POSTURALE	20:10-21:00 FITPUMP	20:10-21:00 TOTAL BODY WORKOUT	20:05-20:55 PILATES BARRE	20:10-21:00 TOTAL BODY WORKOUT		
21:00-22:00 SNELLISSIMA				21:00-22:00 SNELLISSIMA						

ORARIO CORSI FITNESS 2025

E' obbligatoria per ogni corso la prenotazione al numero 3273096584 tramite whatsapp

Le lezioni verranno effettuate con un minimo di due persone

ATTENZIONE: SNELLISSIMA non fa parte dei corsi appartenenti al settore fitness



A.S.D.
Sensazione di Movimento
Danza & fitness