

ORARIO FITNESS 2019/2020 CASALOLDO

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	STRETCH& POSTURA ORE 8.15-9.15	POWER STRETCH ORE 9.30-10.30	YOGA DINAMICO ORE 10-11.15	STRETCH& POSTURA ORE 8.15-9.15	POWER STRETCH ORE 9.30-10.30
	GYM DOLCE ORE 9.30-10.30			GYM DOLCE ORE 9.30-10.30	
POWER STRETCH ORE 12.30-13.30		YOGA DINAMICO ORE 12.30-13.30			
	POWER STRETCH ORE 19-20			STRETCH& POSTURA ORE 19-20	
	TONE ORE 20-20.30	INTERVAL TRAINING ORE 20-20.45		FUNCTIONAL CIRCUIT ORE 19-19.45	
KICK BOXING ORE 20-21.30				KICK BOXING ORE 20-21.30	