Via dei mestieri, 20 - Ponte Valleceppi -PG - 075- 5928073

ORARIO APERTURA dal lunedi' al venerdi' ore 8.30 - 22.30 --- Sabato ore 8.30 - 18.00

L' ORARIO POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI

* ATTIVITA' SUPPLEMENTARI NON COMPRESE IN ALCUN TIPO DI ABBONAMENTO

ORARIO CORSI STAGIONE 2018 - 2019

	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
ORE	SALA AURORA	SALA GLICINE	SALA AURORA	SALA GLICINE	SALA AURORA	SALA GLICINE	SALA AURORA	SALA GLICINE	SALA AURORA	SALA GLICINE	SALA AURORA	SALA GLICINE
09:00 10:00												
09:30 10:00		9.30 - 10.30 CORPO LIBERO Paola		9.30 - 10.30 CLINICAL PILATES Lello	* 9.30-10.30 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca	9.30 - 10.30 CORPO LIBERO Paola		9.30 - 10.30 CLINICAL PILATES Lello	* 9.30-10.30 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca	9.30 - 10.30 CORPO LIBERO Paola		
10:00 10:30				10.40 - 11.40 BODY CIRCUIT Teresa				10.40 - 11.40 BODY CIRCUIT Teresa				11.00-12.00 **ZUMBA** Matteo
10:30 11:00												
11:00 11:30				13.00 - 13.30 DYNAMIC FUNCTIONAL Chiara				13.00 - 13.30 DYNAMIC FUNCTIONAL Chiara				
11:30 12:00				13.30 - 14.00 XTEMPO ENERGY Chiara	* 13.00 - 14.00 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca			13.30 - 14.00 XTEMPO ENERGY Chiara	* 13.00-14.00 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca			
12:00 12:30				14.00 - 14.30 TONE UP Chiara		13.30 - 14.30 N T C Barbara		14.00 - 14.30 TONE UP Chiara				14.30 - 15.30 SPINNING Giancarlo / Cristina
12:30 13:00				15.00-16.00 PILATES Barbara				15,00 - 16.00 PILATES Barbara				
13:00 13:30												
13:30 14:00		13.30 - 14.30 TOTAL BODY Barbara		16.30-17.30 **ZUMBA** Matteo	* 16.30-17.30 Ginn.Posturale ragazzi Francesca	* 16.30-17.30 Ginn. Artistica 6 - 8 anni Ilaria	16.30 - 17.30 GINN. DOLCE Isabella		* 16.30-17.30 Ginn.Posturale ragazzi Francesca	16.30-17.30 **ZUMBA** Matteo		
14:00 14:30												
14:30 15:00		* 15.00 - 16.30 Ginn. Artistica 9 - 14 anni Ilaria	* 15.30-16.30 PANCAFIT Isabella			* 15.00 - 16.30 Ginn. Artistica 9 - 14 anni Ilaria						
15:00 15:30												
15:30 16:00												
16:00 16:30	16.30 - 17.30 GINN. DOLCE Isabella	* 16.30-17.30 Ginn. Artistica 6 - 8 anni Ilaria		17.30-18.30 Postural Yoga Dimitri	* 17.30-18.30 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca	* 17,30 - 18,30 Psicomotricità 3 - 5 anni Ilaria	17.30-18.30 Postural Yoga Dimitri	* 17.30-18.30 Karate Ragazzi Walter	* 17.30-18.30 B.SCHOOL Ginn.Posturale Francesca	17.30-18.30 **ZUMBA** Matteo		
16:30 17:00												
17:00 17:30	* 17.30 - 18.30 PANCAFIT Isabella	17.30-18.30 **ZUMBA** Matteo	18,30 - 19,20 Allenamento Funzionale a C.Libero **Paola**	18.30 - 19.30 **STEP** Barbara		18,30 - 19,25 CORPO LIBERO Antonella	18,30 - 19,20 Allenamento Funzionale a C.Libero **Paola**	18.30 - 19.30 **STEP** Barbara		18.30-19.25 PILATES Stefania		
17:30 18:00												
18:00 18:30	18.30-19.25 PILATES Stefania	18,30 - 19,25 CORPO LIBERO Antonella		19.40 - 20.30 SPINNING Cristina	* 19.30 - 21.00 Difesa Personale ADULTI Walter	19.30 - 20.25 Dynamic G.A.G. Eleni		19.40 - 20.30 SPINNING Giancarlo	19.30-20.25 PILATES Stefania	19.30-20.25 Dynamic G.A.G. Eleni		
18:30 19:00												
19:00 19:30	19.30-20.25 PILATES Stefania	19.30 - 20.30 Interval Training Workout Eleni		20.40 - 21.30 SPINNING Cristina		20.30-21.30 Cross Functional Training Cristina		20.40 - 21.30 SPINNING Giancarlo				
19:30 20:00												
20:00 20:30		20.30-21.30 Cross Functional Training Cristina										
20:30 21:00												
21:00 21:30												
21:30 22:00												
22:00 22:30												