


ORARIO CORSI FITNESS  - 0564/492985 - info@ymcaweb.it - www.ymcaweb.it

		LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
	APERTURA	08:30	08:30	08:30	08:30	08:30	08:30
MATTINA	8-9	<i>09:00 CORE INTENSITY ANGELA</i>	<i>08.30 PILATES LAB ANGELA</i>	<i>9:00 TOTAL BODY ANGELA</i>	<i>08.30 PILATES LAB ANGELA</i>	<i>9:00 CIRCUITO FUNZIONALE ANGELA</i>	
	9-10	<i>10.00 POSTURALE ANGELA</i>		<i>10.00 POSTURALE ANGELA</i>		<i>10.00 POSTURALE ANGELA</i>	<i>10:00 YOGA GIOVANNA</i>
	10-12	<i>11.00 POSTURALE ANGELA</i>		<i>11.00 POSTURALE DEBORAH</i>		<i>11.00 POSTURALE ANGELA</i>	
	13-14	<i>13:30 TOTALBODY WORKOUT ANGELA</i>		<i>13:30 PILATES & CORE INTENSITY ANGELA</i>	14:30 TRX LIA	<i>13:30 GAG FUNZIONALE ANGELA</i>	
POMERIGGIO/SERA	14-15	14:30 TRX CARLA	15:30 FLY BOARD IRENE Extra abbonamento	14:30 TRX CARLA	15:30 FLY BOARD IRENE Extra abbonamento		
	16-17		16:30 POSTURALE IRENE		16:30 POSTURALE IRENE		
	17-18	<i>17:15 BODY SCULPT ALE/ANGELA</i>	<i>17:30 PILATES DEBORAH</i>	<i>17:15 BODY SCULPT ALE/ANGELA</i>	<i>17:30 PILATES DEBORAH</i>	<i>17:15 BODY SCULPT ALE/ANGELA</i>	
	18-19	18:30 CARDIO FIT ALE/ANGELA	18:30 PUMP FUNZIONALE DEBORAH	18:30 CARDIO FIT ALE/ANGELA	18:30 PUMP FUNZIONALE DEBORAH	18:30 CARDIO FIT ALE/ANGELA	18:30 TRX CARLA
	19-20	19:30 CIRCUITO FUNZIONALE DEBO	19:30 POSTURALE FRANCESCO	19:30 PILATES DEBO	19:30 POSTURALE FRANCESCO	19:30 PILATES DEBO	
	20-21		20:30 PILOGA CARLA		20:30 PILOGA CARLA		

Orario di apertura dal 12 settembre 2016 al 31/ maggio 201

Lunedì	08:30 -21:30
Martedì	06:30 - 21:30
Mercoledì	08:30 -21:30
Giovedì	08:30 -21:30
Venerdì	06:30 - 21:30
Sabato	08:30 -17:00