

# ORARIO ATTIVITA' DAL 3 GIUGNO AL 7 SETTEMBRE 2019

LUNEDÌ		MARTEDÌ				MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ			VENERDÌ		
TRX* 9.00 - 9.50			WALKING* 9.00 - 9.50				TRX* 9.00 - 9.50			WALKING* 9.00 - 9.50			TRX* 9.00 - 9.50
		PILATES ESTATE MATTINA 9.30 - 10.20		AFA RACHIDE MAR./VEN. 9.30 - 10.30					PILATES ESTATE MATTINA 9.30 - 10.20				AFA RACHIDE MAR./VEN. 9.30 - 10.30



**CHIUSURA DALLE ORE 14.00 ALLE 17.00**

LUNEDI'			MARTEDI'				MERCOLEDI'			GIOVEDI'				VENERDI'		
		TAEKWONDO BAMBINI 17.30 - 18.20													TAEKWONDO BAMBINI 17.30 - 18.20	
TONO* AMELIA 18.15 - 19.10		TAEKWONDO RAGAZZI 18.30 - 19.20					STEP&TONE* NEFER 18.15 - 19.10	BOXE SASHA 18.30 - 19.20			WALKING* FLAVIO 18.30 - 19.20			BOXE SASHA 18.30 - 19.20	TONO* AMELIA 18.30 - 19.20	TAEKWONDO RAGAZZI 18.30 - 19.20
SPINNING* PIA 19.30 - 20.20	WALKING* 19.00 - 19.50	TAEKWONDO ADULTI 19.30 - 20.20	STEP AMELIA PARCO** 19.30 - 20.20	PILATES ESTATE SERA 19.30 - 20.20	BOOT CAMP 19.30 - 20.20	SPINNING* ANDREA 19.30 - 20.20	TOTAL BODY** PARCO BETTA 19.30 - 20.20	SPINNING* PIA 19.30 - 20.20	TRX* DAVIDE 19.30 - 20.20	FITNESS** REGGAETTON PARCO 19.30 - 20.20	PILATES ESTATE SERA 19.30 - 20.20	BOOT CAMP 19.30 - 20.20	SPINNING* ANDREA 19.30 - 20.20	STEP E TONE** LUCA C. PARCO 19.30 - 20.20		TAEKWONDO ADULTI 19.30 - 20.20
				G.A.G.* BETTA 20.30 - 21.20					WARRIOR'S* TRAINING 20.30 - 21.20							WARRIOR'S TRAINING* 20.30 - 21.20

TUTTI I CORSI SI ATTIVANO SOLO CON UN MINIMO DI ISCRITTI (6 PER TUTTI I CORSI)

\* CORSI CON OBBLIGO DI PRENOTAZIONE

I CORSI DI TRX, WALKING, BOXE, SPINNING, TAEKWONDO, TONO DI VENERDI' E AFA SARANNO ATTIVI FINO AL 30 GIUGNO, RIPRENDERANNO POI DA LUNEDI' 9 SETTEMBRE

I CORSI DI BOOT CAMP E WARRIOR'S SARANNO ATTIVO FINO AL 31 LUGLIO, RIPRENDERANNO POI DA LUNEDI' 9 SETTEMBRE

SOLO PER IL MESE DI LUGLIO IL CORSO DI PILATES DELLA MATTINA SI SVOLGERA' PRESSO LA SEDE DI MARTIGNACCO

\*\* I CORSI AL PARCO DEL CORMOR SARANNO ATTIVI DA LUNEDI' 10 GIUGNO A GIOVEDI' 1 AGOSTO E DA LUNEDI' 26 AGOSTO A GIOVEDI' 5 SETTEMBRE PRESSO LA PALESTRA IN CASO DI PIOGGIA VERRANNO ANNULLATI

**\*IL SABATO DALLE ORE 9:30 ALLE 10:20 TRX CON DAVIDE**

**ORARIO SALA MACCHINE PERIODO ESTIVO  
(dal 3 giugno all'8 settembre 2019)**

Lun. - Ven. 9.00 - 14.00  
17.00 - 22.00  
Sabato 9.00 - 13.00  
Domenica CHIUSO

**CHIUSURA ESTIVA  
DA SABATO 3 A DOMENICA 18  
AGOSTO 2019 COMPRESI**

**Il mese di Luglio sarà aperta solo la sala macchine di Martignacco**