



# CIRCOLO TENNIS BELLE ARTI 1938

ORARI FITNESS



ATTIVITÀ NATATORIE	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
08:30 - 09:20	PILATES (Giuseppe)	HATHA YOGA (Raffaella)	POSTURALE (Giuseppe)	HATHA YOGA (Raffaella)	PILATES (Giuseppe)		
10:30 - 11:30						FUNZIONALE (Dario)	
12:30 - 13:20	FUNZIONALE (Marco)	POSTURALE (Giuseppe)	FUNZIONALE (Marco)	PILATES (Giuseppe)	TRX (Marco)		
13:30 - 14:20	TRUE POWER YOGA (Raffaella)	FUNZIONALE (Marco)	TRUE POWER YOGA (Raffaella)	TONIFICAZIONE (Cecilia)	TOTAL BODY (Marco)		
14:30 - 15:20		TOTAL BODY (Marco)		FUNZIONALE (Marco)			

17:30 - 18:20		TRX (Marco)		TRX (Marco)			
18:10 - 19:00	PILATES (Giuseppe)		PILATES (Giuseppe)				
18:30 - 19:20		SPECIAL BODY (Cecilia)			PILATES (Giuseppe)		
19:10 - 20:20	TOTAL BODY (Angelo)		TOTAL BODY (Angelo)	TOTAL BODY (Angelo)			