

ORARIO CORSI ZONE CITY DALL'1 AL 15 SETTEMBRE

NOTA: i corsi di Posturale Pilates inizieranno da lunedì 9 settembre

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

DOMENICA

8.30	HEAT						
8.45	Pilates	BodyPump	HEAT Pilates	HEAT	Pilates		
9.30	Functional		Calisthenics		BodyPump		
10.00						TRX HEAT	
13.30	BodyPump	HEAT Calisthenics	Functional	HEAT Calisthenics	HEAT		
18.30		Calisthenics BodyPump	HEAT	Calisthenics Functional	HEAT		
19.00	TRX Calisthenics	HEAT	Calisthenics		Calisthenics BodyPump		
19.30	HEAT	Functional					
20.00	BodyPump		TRX	HEAT			
20.15		Kick Boxing		Kick Boxing			