

ORARIO SETTIMANALE DAL 2 AL 31 AGOSTO 2021

| LUNEDI' | | | MARTEDI' | | | MERCOLEDI' | | | GIOVEDI' | | | VENERDI' | | |
|-----------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------|---------|-----------------------------|---------|---------|
| Sala F1 | Sala F2 | Sala F3 | Sala F1 | Sala F2 | Sala F3 | Sala F1 | Sala F2 | Sala F3 | Sala F1 | Sala F2 | Sala F3 | Sala F1 | Sala F2 | Sala F3 |
| 10,30 ^^ TBW | | | C H | | | 10,30 ^ Posturale | | | C H | | | 10,00 ^ Posturale | | |
| | | | | | | | | | | | | 11,00 ^^ TBW | | |
| Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | |
| 13,00 ^ Posturale | | | I U | | | | | | I U | | | C H | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | |
| | | | S O | | | | | | S O | | | I U | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | | Sala F1 Sala F2 Sala F3 | | |
| | | | 18,00 ^ Posturale | | | | | | 18,00 ^ Posturale | | | U S O | | |
| 19,30 ^ Posturale | | | 19,00 ^^ TBW | | | 19,00 ^^ TBW | | | 19,00 ^^ TBW | | | | | |

POSTURALE E BENESSERE
DIMAGRIMENTO E TONIFICAZIONE

BASSO
Impegnativo

Difficoltà
^ POCA
^^ MEDIA

nb I CORSI SI ATTIVANO CON UN MINIMO DI N° 6 PARTECIPANTI
nb I CORSI CON MEDIA MENSILE INFERIORE A N° 12 PARTECIPANTI POSSONO SUBIRE VARIAZIONI DI TIPOLOGIA , ORARIO O ESSERE SOSPESI



Nel rispetto della metodologia dell'allenamento, dei partecipanti al corso e della professionalità dell'insegnante si invitano i soci a rispettare l'orario di entrata ed uscita dalle lezioni