

ORARIO SETTIMANALE DALL'1 AL 28 AGOSTO 2022

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		
13,00 ^ Posturale			I U						I U			C H		
			S O						S O			I U		
19,30 ^ Posturale			18,00 ^ Posturale			19,00 ^^ TBW			18,00 ^ Posturale			U S O		
			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