

ORARIO CORSI		Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
8.00	8:45	BIMPROVE	Andrea	RISVEGLIO MUSCOLARE	Lorenzo	BIMPROVE	Andrea	RISVEGLIO MUSCOLARE	Lorenzo	BIMPROVE	Andrea
09:00	09:45	WALK & TONE	Lorenzo	4P_PROGRAM tonificazione	Sara	WALK & TONE	Lorenzo	4P_PROGRAM tonificazione	Sara	GAG	Lorenzo
9.00	9:45	ACQUAGYM	Simone			ACQUAGYM	Simone			ACQUAGYM	Simone
09:00	09:45	HATHA YOGA	Lisa			HATHA YOGA	Lisa				
09:30	10:15			NORDIC WALKING	Gianni			NORDIC WALKING	Gianni		
12.30	13.30	BIMPROVE	Andrea			BIMPROVE	Andrea			BIMPROVE	Andrea
18.00	19.00	BIMPROVE	Andrea	BIMPROVE	Andrea	BIMPROVE	Andrea	BIMPROVE	Andrea	BIMPROVE	Andrea
18.00	18.45	TABATA	Elena	PILATES & MORE	Alessia	HIIT	Elena	PILATES & MORE	Alessia	TABATA	Elena
18.50	19.35	VINYASA YOGA	Flavia	DYNAMIC CONDITIONING	Sara	HATHA YOGA	Lisa	DYNAMIC CONDITIONING	Sara	CIRCUIT TRAINING	Elena
18.50	19.35									ACQUAGYM	Barbara
19:10	19:55	ACQUAGYM	Elena	ACQUACIRCUIT	Alessia	ACQUAGYM	Elena				
19.40	20:25	4P_PROGRAM tonificazione	Sara			4P_PROGRAM tonificazione	Sara				
20.00	21:00	BIMPROVE	Andrea					BIMPROVE	Andrea		

ORARIO SALA ATTREZZI

DAL LUNEDI' AL VENERDI'		7:30 - 14:30		17:30 - 22:00
SABATO E DOMENICA		08:00 - 14:00		

BIMPROVE a pagamento	Andrea
----------------------	--------

Telefono 055 8498138
Email staff@sportingborgonuovo.com
App WellTeam