

CORSI SALA/ZOOM

dal 20 Settembre

Ricordiamo che per accedere ai corsi sulla piattaforma ZOOM le credenziali sono sempre queste: id riunione 891 9178 4033 passcode Avalon

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
07:15/08:00	Good Morning Giorgio			Good Morning Giorgio		
09:30/10:15	Total Body Katarina	Power Pump Ileana			Total Circuit Katarina	Olistic Power Luisa 10:15/11:00
10:30/11:15	Back School Diana	Yoga Ileana	Back School Diana	Total Body Katarina	Back School Katarina	Postural Pilates Luisa 11:15/12:00
13:15/14:00	Group Cycling Daniele		Group Cycling Daria		Group Cycling Daniele	
17:15/18:00	Stretching Diana	Back School Diana 17:00 / 17:45		Body & Mind Diana		
18:15/19:00	Fat Burning Luisa	Power Pump Luisa	Fat Burning Luisa		Postural Pilates Luisa	
19:15/20:00	Group Cycling Daniele	Postural Pilates Luisa	Group Cycling Daria	Cross Training Stefano		

Prenotazione obbligatoria tramite app MYAPPY - USER. Iscrizioni fino ad 1 ora prima dell'inizio della lezione, è possibile cancellarsi fino a 2 ore prima della lezione, le lezioni non cancellate verranno comunque scalate.