

CORSI SALA/ZOOM

dall'1 al 31 Luglio e dal 29 Agosto all'11 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 Body Katarina	Olistic Power Luisa
10:30/11:15	Back School Diana		Back School Diana		Back School Katarina	Postural Pilates Luisa
13:15/14:00			Group Cycling Daria			
17:15/18:00	Stretching Diana			Body & Mind Diana		
18:15/19:00	Fat Burning Luisa	Pilates Small Tools Luisa	Fat Burning Luisa	Power Pump Ileana	Fat Burning Luisa	
19:15/20:00	Group Cycling Stefano		Group Cycling Daria	Yoga Sunset Ileana		

Prenotazione obbligatoria tramite app MYAPPY - USER. E' possibile iscriversi SEMPRE, sarà possibile cancellarsi fino a 3 ore prima dell'inizio della lezione, le lezioni non cancellate verranno comunque addebitate. AVALON comunicherà eventuali sospensioni dei corsi sempre attraverso la APP MY APPY con un minimo preavviso di 3 ore, salvo emergenze.