

# CORSI SALA/ZOOM

dal 9 Gennaio 2023

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
09:30/10:15	Total Body Katarina	<b>NOVITA'</b> Soft Cycling Daria	Power Pump Ileana	<b>NOVITA'</b> Soft Cycling Daria	Total Body Katarina	Power Pump Luisa 10:15/11:00
10:30/11:15	Back School Diana		Back School Diana		Back School Katarina	Postural Pilates Luisa 11:15/12:00
13:15/14:00	Group Cycling Daria		Group Cycling Daria		Group Cycling Stefano	
17:15/18:00	Stretching Diana			Yoga Ileana	Postural Pilates Luisa	
18:15/19:00	Fat Burning Luisa	Pilates Small Tools Luisa	Fat Burning Luisa	Fit Combat Ana Maria	Fat Burning Luisa	
19:15/20:00	Group Cycling Stefano	Fit Combat Ana Maria	Group Cycling Daria			

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.

**Tutte le lezioni con meno di 5 iscritti verranno cancellate dalla reception con le stesse modalità**