




# ORARIO CORSI SALA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<b>7.15-8.00</b> FUNCTIONAL Giorgio			<b>7.15-8.00</b> FUNCTIONAL Giorgio		<b>9.15-10.00</b> FAT BURNING LOW IMPACT Luisa	
<b>10.30-11.15</b> BACK SCHOOL Diana		<b>10.30-11.15</b> BACK SCHOOL Diana			<b>10.15-11.00</b> POSTURAL PILATES Luisa	
	<b>12.15-13.00</b> YOGA DOLCE Enrico				<b>12.30-13.15</b> POWER YOGA Enrico	
	<b>13.15-14.00</b> POWER YOGA Enrico				<b>13.30-14.15</b> YOGA DOLCE Enrico	
<b>17.00-18.00</b> FIT BOXE Filippo		<b>17.00-18.00</b> FIT BOXE Filippo		<b>17.00-18.00</b> FIT BOXE Filippo		
<b>18.15-19.00</b> FAT BURNING Luisa	<b>18.15-19.00</b> POSTURAL PILATES Luisa	<b>18.15-19.00</b> F. BURNING ABS Luisa				<b>INTENSITÀ</b>
<b>19.15-20.00</b> GROUP CYCLING Stefano	<b>19.30-20.15</b> CROSSTRaining Stefano		<b>19.30-20.15</b> CROSSTRaining Stefano			 Intenso
						 Medio
						 Soft/Olistico

Prenotazione obbligatoria alla lezione a cui si intende partecipare tramite **App Avalon Wellness**. È possibile iscriversi fino al momento di inizio, la disdetta deve pervenire entro 24 ore prima. Disdette non pervenute e/o fuori orario rimarranno addebitate. Le lezioni con meno di 6 iscritti saranno annullate e ne verrà data comunicazione, a mezzo notifica, con un preavviso minimo di 6 ore (salvo emergenze) tramite l'App Avalon Wellness e l'ingresso verrà automaticamente riaccreditato.