

1° PLANNING CORSI NATALE DAL 24/12 AL 30/12



VIA QUASIMODO N°18
LEGNANO
TEL. 0331-578652

LUNEDI

MARTEDI

MERCOLEDI

GIOVEDI

VENERDI

SABATO

DOMENICA



10.00-13.00
SPINNING DAY

ANTONIO
RENZO
BARBARA
MAX
ELENA



C
H
I
U
S
U
R
A



C
H
I
U
S
U
R
A



10.00 - 11.00
TOTAL TONE
LIZ

13.00 - 13.30



18.00 - 19.00
YOGA FIT
ANNA
19.00 - 20.00
BODY SCULPTY
ANNA

20.00 - 21.00

FULL METAL FITNESS
MASSY **V.I.P.**

19.00 - 19.45
SPINNING
ANTONIO S. **V.I.P.**

19.45 - 20.30
SPINNING
ANTONIO S. **V.I.P.**

8.00 - 9.00
FULL METAL FITNESS
PAOLO **V.I.P.**

10.00-11.00

Olit
TRAINING OLISTICO
ELENA C. **V.I.P.**



18.00 - 18.45

PILATES
LIZ

18.45 - 19.30

STEP TONE UP
LIZ

19.30 - 20.30

MOVIDAR
MARTINA A. **V.I.P.**



10.30 - 11.30

ZUMBA
FITNESS
FABIO



Ricordati di utilizzare le
calzature adatte
all'allenamento

15.00 - 16.00

FIT BOXE
LIZ S.



10.00 - 11.00

FULL METAL FITNESS
PAOLO **V.I.P.**

10.00 - 11.00

SPINNING

ELENA **V.I.P.**

11.00 - 12.00

STEP TONE UP
ELENA

