

ORARI CORSI ONLINE ZONE e ZONE City

(il corso di Indoor Cycling sarà attivo da lunedì 2 novembre)

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
9.00						YOGA	
9.30	FUNZIONALE		PILATES				
10.00						INDOOR CYCLING	
10.30						GAG	
13.00		CALISTHENICS			BODYPUMP		
13.30	INDOOR CYCLING		INDOOR CYCLING				
18.00	GAG			FUNZIONALE	POSTURALE		
18.30		INDOOR CYCLING	BODYATTACK + CXWORX	INDOOR CYCLING			
19.00	INDOOR CYCLING	BODYPUMP	INDOOR CYCLING	CALISTHENICS	INDOOR CYCLING		