

# **CALENDARIO CORSI**

VALIDO DAL 01 SETTEMBRE 2020 AL 31 LUGLIO 2021

## **LUNEDI**

08:30 TRAINING FUNZIONALE  
10:00 WALKING PROGRAM  
13:30 WALKING PROGRAM  
14:30 PILATES  
17:00 PILATES  
18:00 FITNESS GROUP  
19:30 WALKING PROGRAM  
20:30 TRAINING FUNZIONALE

## **MARTEDI**

09:00 FITNESS GROUP  
10:30 GINNASTICA POSTURALE  
13:30 FITNESS GROUP  
15:00 GINNASTICA POSTURALE  
16:30 FITNESS GROUP  
17:30 WALKING PROGRAM  
18:30 TRAINING FUNZIONALE  
19:30 TRAINING FUNZIONALE  
20:30 WALKING PROGRAM

## **MERCOLEDI**

08:30 TRAINING FUNZIONALE  
10:00 WALKING PROGRAM  
14:30 PILATES  
17:00 PILATES  
18:00 FITNESS GROUP  
19:30 WALKING PROGRAM  
20:30 TRAINING FUNZIONALE

## **GIOVEDI**

09:00 FITNESS GROUP  
10:30 GINNASTICA POSTURALE  
13:30 WALKING PROGRAM  
15:00 GINNASTICA POSTURALE  
16:30 FITNESS GROUP  
17:30 WALKING PROGRAM  
18:30 TRAINING FUNZIONALE  
19:30 TRAINING FUNZIONALE  
20:30 WALKING PROGRAM

## **VENERDI**

08:30 TRAINING FUNZIONALE  
10:00 WALKING PROGRAM  
13:30 FITNESS GROUP  
17:00 PILATES  
18:00 FITNESS GROUP  
19:30 WALKING PROGRAM  
20:30 TRAINING FUNZIONALE

## **SABATO**

10:00 GINNASTICA POSTURALE  
11:30 WALKING PROGRAM