



CALENDARIO CORSI dal 15 Novembre 2021

Tel. 085692741 - www.palestrasilvergym.com

Seguici su



	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
8.30 / 9.20		GINNASTICA POSTURALE Nicola			GINNASTICA POSTURALE Nicola		
9.30 / 10.20	ZUMBA Elisa	TOTAL BODY Irene	GAG Nicola	PILATES Nicola	TOTAL BODY Elisa		
13.30 / 14.20	FUNZIONALE Irene		FUNZIONALE Irene	PILATES DINAMICO Nicola	FUNZIONALE Irene		
16.00 / 16.50							
17.00 / 17.50			GINNASTICA POSTURALE Nicola				
18.00 / 18.50	YOGA Zulema	PILATES Nicola		PILATES Nicola	YOGA Zulema		
19.00 / 19.50	FUNZIONALE Paola	BODY PUMP Elisa	GAG Elisa	FUNZIONALE Irene	FIT BOXE Alessandra		
20.00 / 20.50	FIT BOXE Alessandra	ZUMBA Elisa	FIT BOXE Alessandra	STEP COREOGRAFICO Nicola	FUNZIONALE Alessandra		
21.00 / 21.50	SPINNING Luca	CALISTHENICS Giuseppe	SPINNING Luca	CALISTHENICS Giuseppe	SPINNING Luca		

I CORSI SARANNO TUTTI A PRENOTAZIONE TRAMITE L'APP "NEW APPY".
È OBBLIGATORIO DISDIRE LA LEZIONE NEL CASO IN CUI NON SI RIESCA A PARTECIPARE.
SI EFFETTUERANNO CON UN MINIMO DI 5 PARTECIPANTI.
IL CALENDARIO PUÒ ESSERE SOGGETTO A MODIFICHE DURANTE L'ANNO.

