

CORSI OPEN

| Lunedì 8.00 - 21.30 | Martedì 8.00 - 21.30 | Mercoledì 8.00 - 21.30 | Giovedì 8.00 - 21.30 | Venerdì 8.00 - 21.30 | Sabato 10.00 - 13.00 |
|--|--|--|--|--|--|
| 8.00 - 8.50 Cultura Fisica - Met Functional Training | 8.00 - 8.50 Ginn per la salute - Met Flex & Mobility | 8.00 - 8.50 Cultura Fisica - Met Functional Training | 8.00 - 8.50 Ginn per la salute - Met Flex & Mobility | 8.00 - 8.50 Cultura Fisica - Met Functional Training | |
| | | 9.00 - 9.50 Aerobica Strong | | 9.00 - 9.50 Aerobica Strong | |
| 10.00 - 10.50 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | | 10.00 - 10.50 Ginnastica per il benessere | | 10.00 - 10.50 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | |
| 11.00 - 11.50 Ginnastica per il benessere | 11.00 - 11.50 Ginn per la salute - Metodo Posturale | 11.00 - 11.50 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | 11.00 - 11.50 Ginn per la salute - Metodo Posturale | 11.00 - 11.50 Ginnastica per il benessere | 10.30 - 11.20 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution |
| 13.30 - 14.20 Ginnastica - Met Body Blast | 13.30 - 14.20 Ginn - Metodo Power Body Fight | 13.30 - 14.20 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | 13.30 - 14.20 Ginn - Metodo Power Body Fusion | 13.30 - 14.20 Cultura Fisica - Met Functional Training | |
| 19.10 - 20.00 Ginnastica - Metodo Tonificazione | 19.00 - 19.50 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | 19.10 - 20.00 Ginnastica - Metodo Cardiovascolare | 19.00 - 19.50 Ginn - Met Pilates Yoga Revolution | 19.10 - 20.00 Ginnastica - Metodo Tonificazione | |
| | 19.30 - 20.20 Cultura Fisica - Met Cross Training | | 19.30 - 20.20 Cultura Fisica - Met Cross Training | | |