

Palestra Agosto 2022

DALL' 8 AL 19 AGOSTO

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
GAG ore 19:00		BRUCIAGRASSI ore 19:00		TOTAL BODY ore 19:00
	PILATES ore 19:15		PILATES ore 19:15	

DAL 22 AGOSTO AL 26 AGOSTO

<i>Lunedì</i>	<i>Martedì</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Giovedì</i>	<i>Venerdì</i>
STEP & GAG ore 13:00		STEP & ABS ore 13:00		FULL BODY ore 13:00
			PILATES ore 13:15	
BRUCIAGRASSI ore 18:00		UPPER BODY ore 18:00		PILATES ore 18:15
	STEP & TONE ore 18:30			
TOTAL BODY ore 19:00	PILATES ore 19:15	POWER FIT ore 19:00	TOTAL BODY ore 19:00	TABATA ore 19:00
			PILATES ore 20:15	