

AREA FITNESS

Orario Luglio 2010

ORARIO SALA PESI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
11:00-15:00 18:00-22:00	18:00-22:00	11:00-15:00 18:00-22:00	18:00-22:00	11:00-15:00 18:00-22:00

ORARIO SPINNING

Lunedì	Mercoledì
19:00 - 20:00	19:00 - 20:00

ORARIO CORSI FITNESS

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
09:30 - 10:30 TONE UP 19:30 - 21:00 FIT-BOXE	19:30 - 21:00 TOTAL BODY	09:30 - 10:30 TONE UP 19:30 - 21:00 FIT-BOXE	19:30 - 21:00 TOTAL BODY

Per motivi organizzativi, la durata effettiva delle lezioni della Sala di Aerobica è di 55 minuti.

**Le lezioni di ginnastica dolce sono tenute nella palestra Zalaffi presso il palazzetto Giannelli.*