PLANNING DELLE ATTIVITA' DI GRUPPO FREETIME SOMAGLIA

Clara

Clara

Clara

Clara

LUNEDI'				
17.45	45'	PILATES	Clara	
sala c	orsi	TILATES		
18.30	45'	TOTAL BODY	Clara	
sala c	orsi	TOTAL BODT	Olara	
19.15	30'	ABDOMINAL	Clara	
sala corsi		ABDOMINAL	Clara	
19.45	45'	HATA YOGA	Clara	
sala corsi		TIATA TOGA	Oidid	

MARTEDI'				1	MERCOLEDI'			
16.30	45'	GINNASTICA	GINNASTICA Alice	PILATES	Cla			
sala c	orsi	DOLCE	Alloe	sala c	orsi	FILATES	Cia	
17.15	45'	POSTURAL	Alice	18.30	45'	GAG	Cla	
sala corsi		TOOTOKAL	Alice	sala c	orsi	GAG	Ö	
18.00	30'	ABDOMINAL	Paola	19.15	45'	HATA YOGA	Cla	
sala corsi		ABDOMINAL	Faoia	sala c	orsi	HATA TOGA	Cie	
18.30	30'	GAMBE E	Paola	20.00	45'	TOTAL BODY	Cla	
sala corsi		GLUTEI	Paula	sala c	orsi	TOTAL BODT	Cla	
19.00	45'	FUNCTIONAL	Paola	,				
sala corsi		TRAINING	i aoia					
19.45	45'	PILATES	Alice					
sala corsi		FILATES	Alice					

GIOVEDI'				
17.30	45'	CARDIO	Maria	
sala c	orsi	DANCE		
18.15	30'	ABDOMINAL	Maria	
sala c	orsi			
18.45	30'	UPPER BODY	Maria	
sala c	orsi	OF LICEOUT		
19.15	30'	GAMBE E	Maria	
sala c	orsi	GLUTEI	iviaria	
19.45	45'	YOGAFLEX	Maria	
sala c	orsi	TOGAPLEX	ivialia	

	VENERDI'					
	16.30	45'	GINNASTICA	Alice		
	sala c	orsi	DOLCE	Alloe		
	17.15	30'	UPPER BODY	Bene		
	sala c	orsi	OFFER BODT			
	17.45	30'	GAMBE E	Bene		
	sala c	orsi	GLUTEI	Belle		
	18.15	30'	ABDOMINAL	Bene		
	sala c	orsi				
	18.45	45'	TOTAL BODY	Bene		
	sala c	orsi	TOTAL BODT	Delle		
 ,	19.30	45'	PILATES	Alice		
sala corsi		orsi	FILATES	Alice		

SABATO					
9.30	45'	PILATES Homan			
sala c	orsi	FILATES	nomar		
10.15	45'	TOTAL BODY	Homar		
sala c	orsi				
11.00	45'	YOGA	Homar		
sala corsi		DYNAMIC	потпат		

PER ESIGENZE ORGANIZZATIVE IL PLANNING CORSI PUO' SUBIRE VARIAZIONI

I CORSI VERRANNO EROGATI ANCHE CON UN SOLO PARTECIPANTE



FREETIME SOMAGLIA - VIA AUTOSTRADA DEL SOLE, 4

FREETIME SAN FIORANO - VIA MILANO, 11 (INGRESSO ANCHE DA VIA RAZZETTI)



0377 53493



3938116582



