PLANNING DELLE ATTIVITA' DI GRUPPO FREETIME SAN FIORANO

LUNEDI'	
.30 45' POSTURAL	Angelo
sala 1	Angelo
0.15 45' TOTAL BODY	Angelo
sala 1	Angelo
3.00 45' TOTAL BODY	Angelo
sala 1	Angelo
3.00 60' PANCAFIT	Bene
sala 2	Delle
7.45 60' PILATES	Alice
sala 1	Alice
3.45 45' TOTAL BODY	Vanossa
sala 1	Vallessa
0.00 60' SPINNING*	А
sala 3	rotazione
0.30 30' ABDOMINAL	Vanessa
sala 1	variessa
0.00 45'	Vanessa
sala 1	vanessa

		M	ARTEDI	1	
	9.30	30'	GAMBE E GLUTEI	Paola	
	sala	1			
	10.00	30'	ABDOMINAL	Paola	
	sala	1		i aoia	
	10.30	30'	CARDIO	Paola	
	sala	1	DANCE	Paola	
	13.00	45'	FUNCTIONAL	Paola	
	function zone		TRAINING*	ra∪id	
	17.00	60'	PSICO MOTRICITA' 3-6 ANNI	Clara	
	sala	2		Olara	
а	17.30	45'	GAG	Jessica	
a	sala	1	GAG	Jessica	
	18.15	45'	HATA YOGA	Clara	
е	sala	2	TIATA TOOA	Clara	
a	18.15	45'	TRAINING	Max	
ŭ	sala	1	CIRCUIT	IVIAX	
а	19.00	60'	FIT BOXE	Max	
پ	sala	1		IVIAA	
	19.30	60'	- PANCAFIT*	PANCAFIT* Angolo	Angelo
	sala	2		, iiigoio	
	20.15	90'	KICK BOXING	Gianluca	
	1-		ADULTI	Ciarnada	

MERCOLEDI'			
9.30	30'	UPPER BODY	Jessica
sala	1	OPPER BODT	Jessica
10.00	30'	GAMBE E	Jessica
sala	1	GLUTEI	Jessica
10.30	30'	ABDOMINAL	Jessica
sala	1	ABBOMINAL	0033104
13.00	60'	PANCAFIT	Bene
sala 2		TANCAITI	Dono
17.30	45'	ABDOMINAL	Alice
sala 1		& STRETCH	7 11100
18.00	60'	KICK BOXING BABY	Gianluca
sala 2		6-9 ANNI	Giariluca
18.15	45'	TOTAL BODY	Angelo
sala 1		TOTAL BODT	Aligeio
19.00	45'	STEP	Angelo
sala 1		SIEF	, angolo
19.45	45'	PILATES	Alice
sala 1		LILATES	00

GIOVEDI'				
9.30	45'	POSTUPAL	Alice	
sala 1		FOSTORAL	Alice	
10.15	45'	DII ATES	Alice	
sala	1	PILATES	Alice	
13.00	45'	DII ATES	Alice	
sala	1	FILATES	Alice	
17.45	60'	POSTURAL	Alice	
sala	1	YOGA	Ailce	
18.45	30'		Vanossa	
sala	1	OFFER BODT	vanessa	
19.15	30'	GAMBE E	Vanessa	
sala	1	GLUTEI	vanessa	
19.15	60'		Α	
sala	3	SFINNING	rotazione	
19.45	30'	ARDOMINAL	Vanessa	
sala	1	ABDOMINAL	vanessa	
20.45	60'	SALSA E	Marco	
sala 1		(Livello Base)	iviaico	
	sala 10.15 sala 13.00 sala 17.45 sala 18.45 sala 19.15 sala 19.15 sala 20.45	9.30	9.30 45' sala 1 10.15 45' sala 1 13.00 45' sala 1 17.45 60' sala 1 19.15 30' sala 1 19.15 60' sala 3 19.45 30' sala 3 19.45 30' sala 3 19.45 30' sala 1 20.45 60' SALSA E BACHATA	

		VENERDI'			
	9.30	45'	TOTAL BODY	Angelo	
	sala 1		TOTAL BODY	Angelo	
	10.15	60'	PANCAFIT	Angelo	
	sala	2	FANCAFII	Angelo	
	13.00	45'	FUNCTIONAL	Matteo	
	funcati zon		TRAINING	Matteo	
	17.30	30'	POSTURAL	Clara	
	sala	1	FOSTORAL	Clara	
	18.00	45'	TOTAL BODY	Jessica	
	sala	1		Jessica	
	18.45	45'	ZUMBA	Jessica	
	sala	1	ZUMBA	Jessica	
ĺ	19.30	45'	HATA YOGA	Clara	
	sala	1	HATA TOGA	Ciara	
	20.15	90'	KICK BOXING ADULTI	KICK BOXING	Gianluca
	sala	1		Giariluca	

SABATO			
9.15	45'	PILATES	Alice
sala	1	TILATES	
10.00	60'	PSICO MOTRICITA'	Clara
sala	2	3-6 ANNI	
10.00	45'	TOTAL BODY	Jessica
sala	1	TOTAL BODT	Jessica
10.45	45'	STEP	Jessica
sala	1	SILF	
11.00	60'	SPINNING*	Α
sala 3		SPINNING	rotazione
15.00	90'	KICK BOXING KIDS	Gianluca
sala 1		10-13 ANNI	Ciariluca

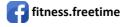


FREETIME SAN FIORANO - VIA MILANO, 11 (INGRESSO ANCHE DA VIA RAZZETTI)
FREETIME SOMAGLIA - VIA AUTOSTRADA DEL SOLE, 4





3938116582





PER ESIGENZE
ORGANIZZATIVE IL
PLANNING CORSI PUO'
SUBIRE VARIAZIONI

I CORSI EVIDENZIATI NON SONO COMPRESI NELL'ISCRIZIONE STANDARD

* PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA
(effettuabile da 7 giorni fino a
60' prima del corso)