

ORARIO STAGIONE 2017/2018

Lunedì - Venerdì **9.00/22.30**

Sabato **10.00/19.00**



BATTISTINI S.S.D.a.r.l.

Via del Forte Braschi 103

tel.06.61283366

www.passionfitness.it

info@battistinifitnessclub.it

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
TOTAL BODY 9.15 - 10.15	POSTURALE 9.15 -10.15	TOTAL BODY 9.15 - 10.15	POSTURALE 09.15-10.15	TOTAL BODY 9.15-10.15
POSTURALE 10.15 -11.15		POSTURALE 10.15 -11.05		
	G.A.G. / TOTAL BODY 11.15-12.15		G.A.G. / TOTAL BODY 11.15-12.15	
TONE UP 13.30-14.30		JUST PUMP 13.30-14.30		TOTAL BODY 13.30-14.30
	BOKWA 15.00-15.50		BOKWA 15.00-15.50	
POSTURALE 15.30 -16.30	W.D.AEROBIC 15.50-16.40	POSTURALE 15.30 -16.30	W.D.STRONG 15.50-16.40	POSTURALE 15.30 -16.30
ZUMBA FITNESS 16.30-17.30	PUMP 16.40-17.40	G.A.G. 16.30-17.30	PUMP 16.40-17.40	ZUMBA FITNESS 16.30-17.30
PILATES 17.30-18.30	ZUMBA 17.40-19.40	PILATES 17.30-18.30	ZUMBA 17.40-18.40	PILATES 17.30-18.30
PREPUGILISTICA 18.30-19.30	PILATES 18.40-19.40	PREPUGILISTICA 18.30-19.30	PILATES 18.40-19.40	PREPUGILISTICA 18.30-19.30
METABOLIC G.A.G. 19.30-20.30	PREPUGILISTICA 19.40-20.40	TONE UP 19.30-20.30	PREPUGILISTICA 19.40-20.40	METABOLIC TRAINING 19.30-20.30
	FUNCTIONAL / TONE 20.30-21.30		FUNCTIONAL / TONE 20.30-21.30	
POWER PILATES 20.30-21.30	ZUMBA FITNESS 20.40-21.40	POWER PILATES 20.30-21.30	ZUMBA FITNESS 20.40-21.40	OLISTIC PILATES 20.30-21.30

▲ = Le lezioni si svolgono nella zona della sala pesi dedicata ai circuiti funzionali

SI RICORDA CHE LE SALE PESI E CARDIOFITNESS **CHIUDONO SEMPRE 20 MINUTI PRIMA DELLA CHIUSURA DELLA PALESTRA.**

IL SABATO NON SONO PREVISTI CORSI.

TUTTI I CORSI DELLA STAGIONE 2017/2018 SONO PROVVISORI E SOGGETTI A CAMBIAMENTI.