



# CORSI FITNESS 2Fit Bolzano



Programma valido da martedì 7 gennaio a sabato 14 giugno

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
	<b>UPPER BODY/ABS</b> 13:15-14:00 Claudia				<b>PILATES</b> 09:30-10:30 Grazia
<b>CYCLING</b> 12:45-13:45 sala piccola - Andrea		<b>CYCLING</b> 12:45-13:45 sala piccola - Andrea			
<b>CROSS TRAINING</b> 17:15-18:00 area funzionale - Bryan		<b>CROSS TRAINING</b> 17:15-18:00 area funzionale - Bryan		<b>POSTURAL TRAINING</b> 16:00-16:45 sala piccola - Matteo	
<b>PILATES</b> 17:30-18:15 sala piccola - Grazia	<b>POWER HIIT</b> 17:30-18:20 sala piccola - Eliana	<b>PILATES</b> 17:30-18:15 Grazia	<b>FIT-BOXE</b> 17:30-18:15 Luana	<b>POSTURAL TRAINING</b> 16:55-17:40 sala piccola - Matteo	
<b>TOTAL BODY</b> 17:30-18:15 Claudia	<b>KICKBOXING</b> BASIC TECHNIQUE 17:30-18:25 Luana	<b>CROSS TRAINING</b> 18:15-19:00 area funzionale - Bryan	<b>LIGHT-TONE</b> 17:30-18:20 sala piccola - Eliana		
<b>CROSS TRAINING</b> 18:15-19:00 area funzionale - Bryan	<b>FIT-BOXE</b> 18:30-19:15 Luana	<b>GAG</b> 18:20-19:10 Claudia	<b>POWER PUMP</b> 18:20-19:05 Paola		
<b>STRONG JUMP</b> 18:20-19:05 Claudia					
<b>CYCLING</b> 18:30-19:20 sala piccola - Andrea					
<b>TRX</b> 19:15-20:00 Bryan					

Prenotazione obbligatoria tramite App *PrenotaSemplice* - Con meno di 5 partecipanti il corso non è garantito