



CORSI FITNESS 2Fit Bolzano



Programma valido da lunedì 15 settembre a mercoledì 31 dicembre

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
					PILATES 09:30-10:30 Grazia
CYCLING 12:45-13:45 sala piccola - Andrea		CYCLING 12:45-13:45 sala piccola - Andrea			
PILATES 17:30-18:15 sala piccola - Grazia	POWER HIIT 17:30-18:20 Alessia	PILATES 17:30-18:15 Grazia	DYNAMIX 16:30-17:20 Alessia	POSTURAL TRAINING 16:30-17:20 sala piccola - Matteo	
TOTAL BODY 17:30-18:15 Claudia	STRONG JUMP 18:30-19:10 sala piccola - Claudia	CROSS TRAINING 18:00-18:45 area funzionale - Ulysse	FIT-BOXE 17:30-18:15 Mazar	POSTURAL TRAINING 17:30-18:20 sala piccola - Matteo	
CROSS TRAINING 18:00-18:45 area funzionale - Ulysse	FIT-BOXE 18:30-19:15 Mazar	GAG 18:20-19:10 Claudia	POWER PUMP 18:20-19:05 Paola		
STRONG JUMP 18:20-19:05 Claudia	THE RING 19:30-21:00 Mazar	ZEROFLEX 19:15-20:10 Francesco			
CYCLING 18:30-19:20 sala piccola - Andrea					
ZEROFLEX 19:15-20:10 Francesco					

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