



# CORSI FITNESS 2Fit Bolzano



Programma valido da lunedì 9 febbraio a sabato 13 giugno

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
					<b>PILATES</b> 09:30-10:30 Grazia
					<b>THE RING</b> 10:45-12:00 Mazar
<b>CYCLING</b> 12:45-13:45 sala piccola - Andrea		<b>CYCLING</b> 12:45-13:45 sala piccola - Andrea		<b>CROSS TRAINING</b> 12:45-13:30 area funzionale - Francesco	
<b>RINASCITA POSTURALE</b> 17:30-18:20 sala piccola - Francesco	<b>POWER HIIT</b> 17:30-18:20 Alessia	<b>PILATES</b> 17:30-18:15 Grazia	<b>DYNAMIX</b> 16:30-17:20 Alessia		
<b>TOTAL BODY</b> 17:30-18:15 Claudia	<b>FIT-BOXE</b> 18:30-19:15 Mazar	<b>CROSS TRAINING</b> 18:00-19:00 area funzionale - Ulysse	<b>POWER PUMP</b> 18:20-19:05 Paola	<b>POSTURAL TRAINING</b> 17:30-18:20 sala piccola - Matteo	
<b>CROSS TRAINING</b> 18:00-19:00 area funzionale - Ulysse	<b>THE RING</b> 19:30-21:00 Mazar	<b>GAG</b> 18:20-19:10 Claudia			
<b>CARDIO DANCE</b> 18:20-19:05 Claudia		<b>RINASCITA POSTURALE</b> 19:15-20:10 Francesco			
<b>CYCLING</b> 18:30-19:20 sala piccola - Andrea					
<b>RINASCITA POSTURALE</b> 19:15-20:10 Francesco					
Prenotazione obbligatoria tramite App <i>PrenotaSemplice</i> - Con meno di 5 partecipanti il corso non è garantito					