

A.S.D. HAPPY-FIT PROGRAMMAZIONE CORSI ANNO SPORTIVO 2017-18

GIORNI	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		sabato	
ORARI	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2
9,30	PILATES VALE						PILATES VALE					
12,40		POSTURAL MARY						POSTURAL MARY				
13,00					PILOXING MARY							
15,30												HIP HOP
16,30												HIP HOP
17,40	CROSS KIDS BABY 6-9		PILATES MARY		CROSSKIDS BABY 10-13			PILA BARRE MARY				
18,30			PILATES MARY				Power Tone LUCA			PILA BARRE MARY		
18,40	PILATES LUCA				PILATES LUCA							
19,20			PILOXING MARY				T.B.C ANDREA					
19,30	Cardio STEP LUCA				CROSSPOWER LUCA							
20,20			KICK ALEX				KICK ALEX					
20,20	CROSSPOWER LUCA				CROSSPOWER LUCA							
20,45												

**Le lezioni hanno una durata di 50 minuti le lezioni perse possono essere recuperate solo in palestra con preavviso
OBBLIGO DI CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' NON AGONISTICA PER TUTTE I CORSI**

SALA 1 BIANCA

SALA 2 LILLA

**l'iscrizione ai corsi permette agli associati , grazie alla collaborazione con ENJOY , di accedere alla palestra e di avere consulenza per schede
Di allenamento personalizzato (gli ingressi gratuiti sono in numero uguale al numero delle lezioni del corso)**