

LUNEDÌ MONTAG	GINNASTICA PER TUTTI PILATES 9.15 - 10.10 SALA 1 Noemi	CULTURA FISICA TBW 12.50 - 13.45 SALA 1 Christian	CULTURA FISICA MILITARY TRAINING 18.00 - 18.55 SALA 2 Antonia	GINNASTICA AEROBICA FIT BOXE 18.00 - 19.00 SALA 1 Christian	GINNASTICA AEROBICA ZUMBA 19.00 - 19.55 SALA 2 Kinga	CULTURA FISICA POWER PUMP 19.00 - 19.55 SALA 1 Antonia	
MARTEDÌ DIENSTAG			GINNASTICA AEROBICA STEP 18.00 - 18.25 SALA 1 Antonia	GINNASTICA AEROBICA VINYASA YOGA 18.30 - 19.25 SALA 1 Piera	GINNASTICA PER TUTTI SUSPENSION TRAINING 18.30 - 19.25 SALA 2 Antonia	GINNASTICA PER TUTTI PILATES 19.30 - 20.25 SALA 1 Christian	ARTI MARZIALI THAI BOXING 19.30 - 20.25 SALA 2 Francesco
MERCOLEDÌ MITTWOCH	GINNASTICA AEROBICA ZUMBA 09.15 - 10.10 SALA 1 Sarah	GINNASTICA PER TUTTI PILATES 12.50 - 13.45 SALA 1 Christian	GINNASTICA PER TUTTI POSTURAL & STRETCH 18.00 - 18.25 SALA 1 Christian	CULTURA FISICA FUNCTIONAL CIRCUIT 18.30 - 19.25 SALA 2 Sarah	GINNASTICA AEROBICA STEP 18.30 - 19.25 SALA 1 Christian	GINNASTICA PER TUTTI POLE DANCE 19.30 - 21.25 SALA 2 Anna	CULTURA FISICA POWER PUMP 19.30 - 20.25 SALA 1 Sarah
GIOVEDÌ DONNERST			GINNASTICA AEROBICA ZUMBA 18.00 - 18.55 SALA 1 Alan	GINNASTICA PER TUTTI POSTURAL BALL 18.00 - 18.55 SALA 2 Christian	GINNASTICA PER TUTTI ABDOMINAL BOTTOM 19.00 - 19.25 SALA 1 Christian	GINNASTICA PER TUTTI PILATES YOGA 19.30 - 20.25 SALA 1 Christian	ARTI MARZIALI THAI BOXING 19.30 - 20.25 SALA 2 Francesco
VENERDÌ FREITAG	GINNASTICA PER TUTTI PILATES 9.15 - 10.10 SALA 1 Noemi	CULTURA FISICA POWER PUMP 12.50 - 13.45 SALA 1 Christian			GINNASTICA AEROBICA JUMP & PUMP 17.30 - 18.25 SALA 1 Sarah		
SABATO SAMMSTAG	GINNASTICA AEROBICA VINYASA YOGA 09.15 - 10.30 SALA 1 Piera	GINNASTICA PER TUTTI SPECIAL A ROTAZIONE 10.30 - 11.25 SALA 1 a rotazione					

**PER MAGGIORI INFORMAZIONI
RIVOLGERSI ALLA RECEPTION**



LEGENDA COLORI CORSI:

- ARANCIONE** = Corsi di ballo
- VERDE** = Corsi coreografici
- AZZURRO** = Corsi posturali / stretch/tono
- ROSSO** = Corsi di tonificazione
- VIOLA** = Corsi di arti marziali

I corsi si tengono con un minimo di 4 partecipanti.

Lo Special di sabato con un minimo di 8.
Chiediamo gentilmente di prenotare
o disdire le lezioni.

*Die Kurse werden mit mindestens 4
Teilnehmern abgehalten. Der Spezialkurs von
Samstag mit mindestens 8 Teilnehmer.
Wir bitten um Vormerkung oder Absage.*

La direzione si riserva il diritto
di variare i corsi se necessario.
*Die Direktion behält sich das Recht vor,
den Kursplan bei Notwendigkeit abzuändern.*

Zona Produttiva Vurza, 24
39055 - Pineta di Laives (BZ)
T: 0471 95 56 79