

ORARIO 2018/2019

Legenda

 POSTURALE	 CON CONTENUTI TECNICI	 SPINNING	 A PAGAMENTO
 FITNESS	 COMBAT	 IN TERRAZZO	 P SU PRENOTAZIONE

Lunedì			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00	Ginnastica Pilates Antonio		Spinning Flor
9:00 10:00	Tone Up Antonio	Functional Tools Enrico B.	
10:00 11:00	Ginnastica Pilates Antonio		
11:00 12:00			
12:00 13:00		Functional Tools Enrico B.	
13:30 14:30	Cardio Training Annalisa	Prepugilistica Lorenzo	Spinning Flor
15:30 16:30	Cardio vascolare Antonio		
17:00 18:00	Gym&Gag Marzia		
18:00 19:00	Step&Tone Marzia	Zumba Connie	
19:00 20:00	Ginnastica Pilates Annalisa	Cross Funzionale Ferdinando	Spinning Flor
20:00 21:00	Cardio Training Annalisa	Kick Boxing 20:00 - 21:30 Francesco	
20:00 21:00	Cross Funzionale Ferdinando		
21:00 22:30	Salsa Livello Base Manuel		

Mercoledì			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00	Ginnastica Pilates Antonio		Spinning Flor
9:00 10:00	Total Body Antonio	Functional Tools Enrico B.	Masterclass Spinning Flor
10:00 11:00	Ginnastica Pilates Antonio		
11:00 12:00			
12:00 13:00		Acrobibes Eleonora	
13:30 14:30	Circuito Annalisa	Prepugilistica Lorenzo	Spinning Flor
15:30 16:30	Cardio vascolare Antonio	Masterclass Kettlebell	
17:00 18:00	Gym&Gag Marzia	15:30 - 17:00 Enrico	
18:00 19:00	Circuit Tone Marzia	Zumba Connie	
19:00 20:00	Total Body Annalisa	Cross Funzionale Ferdinando	Spinning Flor
20:00 21:00	Circuito Annalisa	Kick Boxing 20:00 - 21:30 Francesco	
20:00 21:00	Cross Funzionale Ferdinando		
21:00 22:30	Salsa Livello Intermedio Manuel		

Venerdì			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00	Ginnastica Pilates Antonio		Spinning Flor
9:00 10:00	Power training Antonio		Spinning Flor
10:00 11:00	Ginnastica Pilates Antonio		
11:00 12:00			
12:00 13:00		Functional Tools Enrico B.	
13:30 14:30	Yogapower Annalisa	Prepugilistica Lorenzo	Spinning Flor
15:30 16:30	Cardio vascolare Antonio	YogaFit Serena	
17:00 18:00	Step&Tone Marzia		
18:00 19:00	Circuit Tone Marzia	Yogapower Annalisa	
19:00 20:00	Interval Step Annalisa	Cross Funzionale Ferdinando	Spinning Rino
20:00 21:00	Ginnastica Pilates Annalisa	Kick Boxing 20:00 - 21:30 Francesco	
20:00 21:00	Cross Funzionale Ferdinando		
21:00 22:30	Bachata Livello Base Manuel		

ORARIO 2018/2019

Legenda

■ POSTURALE	■ CON CONTENUTI TECNICI	■ SPINNING	■ A PAGAMENTO
■ FITNESS	■ COMBAT	■ IN TERRAZZO	P SU PRENOTAZIONE

Martedì			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00			Spinning P Alessandro
9:00 10:00	Ginnastica Generale Alessandro		
10:00 11:00			
11:00 12:00	Functional Training Alessandro		
12:00 13:00			
13:30 14:30	Yogapower Annalisa	Funzionale Alessandro	
14:30 15:30			
16:00 17:00			
17:00 18:00	Ginnastica Pilates Antonio	Kick Boxing Jr Francesco	
18:00 19:00	Interval Training Fabrizio	Calisthenics Cristian	
19:00 20:00	Functional Aero Tone Fabrizio	Gyrokinesis Eleonora	Spinning Flor
20:00 21:00	YogaFit Serena	Cross Funzionale Mosè	
21:00 22:30	Tango Livello Base Manuel		

Giovedì			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00			Spinning P Alessandro
9:00 10:00	Circuito Alessandro		
10:00 11:00			
11:00 12:00	Functional Training Alessandro		
12:00 13:00			
13:30 14:30		Funzionale Alessandro	
14:30 15:30			
16:00 17:00			
17:00 18:00	Ginnastica Pilates Antonio	Kick Boxing JR Francesco	
18:00 19:00	Interval Training Fabrizio	Calisthenics Cristian	
19:00 20:00	Functional Step Tone Fabrizio	Gyrokinesis Eleonora	Spinning Flor
20:00 21:00	Zumba Connie	Cross Funzionale Mosè	
21:00 22:30	Salsa Livello Avanzato Manuel		

Sabato			
	Sala Energy	Sala Power	Sala Spinning
8:00 9:00			
9:00 10:00			
10:00 11:00	Gym&Gag Eleonora		
11:00 12:00		Masterclass Kettlebell	Spinning Rino
12:00 13:00		11:30 - 13:00 Enrico	
13:30 14:30	Step&Tone Eleonora		
14:30 15:00	Stretching Eleonora		
16:00 17:00	Zumba Connie		

Corpea Fitness Club

via R.Lanciani, 15 | 06 86217910 | segreteria@corpea.it

Dal Lunedì al Venerdì 07:00 - 22:45

Sabato 08:00 - 19:00

Domenica 10:00 - 14:00

(apertura domenicale dal 09/09 al 01/07)