

Planning ridotto

VENERDI' 1 NOVEMBRE

GetFIT via Cenisio

ORA	ATTIVITÀ	SALA	TRAINER
11.00-12.00	Indoor Cycle*	Vitality	Mariangela
11.00-12.00	TotalBody Workout	Energy	Riccardo
12.10-12.40	Addominali	Energy	Riccardo
12.45-13.45	Tonific. Posturale	Energy	Riccardo
13.45-14.00	Stretching	Energy	Riccardo
16.00-16.30	Addominali	Energy	Riccardo

Planning ridotto

SABATO 2 NOVEMBRE

GetFIT via Cenisio

ORA	ATTIVITÀ	SALA	TRAINER
10.15-11.00	Circuit Training	Energy	CARLA
10.15-11.30	Vinyasa Yoga	Conscious	GABRIELE B.
11.00-12.30	Indoor Cycle*	Vitality	MARIANGELA
11.15-11.45	Addominali	Energy	CARLA
12.00-13.00	TotalBody Workout	Energy	CARLA
13.00-14.00	Matwork Pilates	Energy	CARLA
16.00-16.30	Addominali	Energy	ALESSANDRO P.