

**GetFIT LAMBRATE - PLANNING CORSI - STAGIONE 2020-2021 RIDOTTO dal 14 al 20 GIUGNO**

		LUNEDI' 14			MARTEDI' 15			MERCOLEDI' 16			GIOVEDI' 17			VENERDI' 18			SABATO 19	DOMENICA 20	
		SALA ENERGY	SALA CONSCIOUS	OMNIA	SALA ENERGY	SALA CONSCIOUS	OMNIA	SALA ENERGY	SALA CONSCIOUS	OMNIA	SALA ENERGY	SALA CONSCIOUS	OMNIA	SALA ENERGY	SALA CONSCIOUS	OMNIA	SALA ENERGY	SALA ENERGY	
CORSI DEL MATTINO																			
					9.45-10.15 G.A.G Francesca S.						9.45-10.15 STRETCHING Davide								
CORSI DEL PAMIZO	13.00-13.30 FUNZIONALE Riccardo							13.00-13.30 GAMBE & GLUTEI Cristian						13.00-13.30 ADDOMINALI Redi				10.30-11.00 ADDOMINALI a rotazione	10.45-11.30 MATWORK PILATES a rotazione
											13.00-13.30 TONIFICAZIONE Andrea							11.05-12.00 TOTAL BODY WORKOUT a rotazione	11.35-12.30 JOLLY CLASS a rotazione
CORSI DEL POMERIGGIO																			
CORSI DELLA SERA	18.30-19.15 FUNCTIONAL TRAINING Gaia				18.30-19.15 MATWORK PILATES Emanuela			18.30-19.15 TOTAL BODY WORKOUT Mirko			18.45-19.30 TOTAL BODY WORKOUT Silvia			18.30-19.15 BODY ATTACK Francesca					
	19.20-20.05 BODY PUMP Gaia				19.20-20.05 TOTAL BODY WORKOUT Emanuela			19.20-20.05 BODY PUMP Mirko			19.35-20.20 MATWORK PILATES Silvia			19.20-20.05 BODY PUMP Francesca					
																	<b>TUTTE LE ATTIVITA'</b>		
																	<b>SONO A</b>		
																	<b>PRENOTAZIONE</b>		