

PLANNING CORSI

● Corsi Olistici
 ● Corsi Funzionali
 ● Corsi Cardio
 ● Corsi Metabolici

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
PAUSA PRANZO / MATTINA	SALA 1 7:00 PILOGA	SALA 1 8:20 PILATES	SALA 1 8:20 CORPO LIBERO	SALA 1 7:00 PILOGA	SALA 1 7:00 CORPO LIBERO	SALA 1 8:00 PILOGA
	SALA 1 9:10 BRUCIA GRASSI	SALA 2 09:10 GAG	SALA 1 9:10 WALK & ADDOME	SALA 1 9:10 TRX	SALA 1 8:20 PILATES	SALA 2 9:00 PRIMAL TRAINING
	SALA 1 12:50 PILATES	SALA 2 12:50 GROUP CYCLING	SALA 1 12:50 ADDOME	SALA 1 12:50 WALK & TONIF	SALA 2 9:10 METABOLIC	SALA 1 10:00 YOGA
	SALA 2 13:35 GROUP CYCLING	SALA 1 13:35 WALK & PUMP	SALA 2 13:20 GROUP CYCLING	SALA 1 13:35 PILOGA	SALA 1 12:50 PUMP	SALA 1 11:15 WALKING
16:00						
SERA	SALA 1 17:20 WALKING	SALA 2 18:00 GROUP CYCLING	SALA 1 18:10 ADDOME	SALA 1 17:20 FIT BOXE	SALA 1 17:20 WALKING	SALA 1 18:10 PILATES BARRE
	SALA 2 19:00 METABOLIC	SALA 1 19:00 PILATES BARRE	SALA 1 19:00 GROUP BOXING	SALA 1 18:10 PILATES	SALA 2 18:10 CORPO LIBERO	SALA 1 19:00 FUNCTIONAL STRENGHT
	SALA 1 20:00 FUNCTIONAL STRENGHT		SALA 2 19:10 GROUP CYCLING	SALA 1 19:00 PILATES	SALA 2 19:10 GROUP CYCLING	SALA 2 19:10 GROUP CYCLING



Per maggiori informazioni visita il nostro sito: www.energysport.it
Oppure Inquadra il qr code

Per accedere ai corsi
bisogna obbligatoriamente
effettuare la prenotazione
tramite la nostra app

