

# ORARIO<sup>1</sup> PROVVISORIO STAGIONE 2017/2018

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
	9.30/10.30 Soft - Tone (Melli)		9.30/10.30 Flex-Tone (Melli)	9.30/10.30 Soft - Tone (Melli)	9.00/10.15 Yoga (Valerio)	
13.00/14.00 Boxe (Ernesto)	13.00/13.30 TRX (Davide) 13.30/14.00 Glutes Attack (Davide)	13.00/14.00 Boxe (Ernesto)	13.00/13.30 Abdominal Attack (Davide) 13.30/14.00 HIIT (Davide)	13.00/14.00 Boxe (Ernesto)	14.00/15.30 Jiu Jitsu (Nico)	
16.45/17.45 Karate bambini 6-9	16.30/17.30 Difesa Personale Ragazzi 10-16 (Sergio)	16.45/17.45 Karate bambini 6-9	16.30/17.30 Difesa Personale Ragazzi 10-16 (Sergio)			
18.00/18.30 TRX (Melli)	17.30/18.20 HIIT (Davide)		17.30/18.20 Pilates Tone (Mari)		<p><b>NEW LIFE</b> <i>Fitness Club</i> VIA VOLTA 8 SCANDIANO (RE) 0522/856293</p> <p><b>ORARIO DI APERTURA</b></p> <p>LUN-MERC-VEN 7.00/22.30 MAR-GIOV 8.00/22.30 SABATO 9.00/18.30 DOMENICA 10.00/12.30</p>	
18.30/19.00 Gluteus Attack (Melli)	18.20/19.10 Yoga Narayana (Valerio)	18:10/18:40 Tabata (Melli)	18.20/19.10 TRX Circuit (Mari)	18.10/19.00 Tonic Workout (Melli)		
19.00/19.30 Abdominal Attack (Melli)	19.10/20.00 Pilates Tone (Mari)	18.40/19.30 Tonic Pump (Melli)	19.10/20.00 Functional Training (Mari)	19.10/20.00 Fit & Boxe (Melli)		
19.40/20.30 Fit&Boxe (Melli)	20.00/20.50 Functional Training (Mari)	19.40/20.30 Fit&Boxe (Melli)	20.00/20.50 Pilates Tone (Mari)	20.00/21.00 Boxe (Ernesto)		
20.30/22.00 Jiu Jitsu (Nico)	20.50/21.50 Boxe (Ernesto)	20.30/22.00 Jiu Jitsu (Nico)	20.50/21.50 Boxe (Ernesto)	21.00/22.30 Jiu Jitsu (Nico)		
21.00/22.00 MMA (sala Johnny)		21.00/22.00 MMA (sala Johnny)				

N.B.: TUTTI I CORSI SI SVOLGERANNO CON UN MINIMO DI 3 PERSONE

\* Corsi su prenotazione

Corsi extra abbonamento

COMPRESA NELL'ABBONAMENTO ZONA RELAX CON SAUNA

PRESENTE SOLARIUM AD ALTA PRESSIONE



<sup>1</sup> La direzione si riserva la possibilità di cambiare l'orario in qualsiasi momento