

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

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
9.30/10.30 Yoga Narayana (Valerio)	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 Narayana (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)	17.30/18.00 HIIT (Davide)		17.30/18.15 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)	18.00/19.00 Yoga Narayana (Valerio)	18:10/18:40 Tabata (Melli)	18.15/19.00 TRX Circuit (Mari)	18.10/19.00 Tonic Workout (Melli)		
19.00/19.30 Abdominal Attack (Melli)	19.00/19.45 Pilates Tone (Mari)	18.40/19.30 Tonic Pump (Melli)	19.00/19.50 Functional Training (Mari)	19.10/20.00 Fit & Boxe (Melli)		
19.40/20.30 Fit&Boxe (Melli)	19.45/20.35 Functional Training (Mari)	19.40/20.30 Fit&Boxe (Melli)	19.50/20.35 Pilates Tone (Mari)	20.00/21.30 Jiu Jitsu (Nico)		
20.30/21.30 MMA (Aramis)	20.35/22.05 Jiu Jitsu (Nico)	20.30/21.30 MMA (Aramis)	20.35/22.05 Jiu Jitsu (Nico)	21.30/22.30 Boxe (Ernesto)		
	21.00/22.00 Boxe (Ernesto)		21.00/22.00 Boxe (Ernesto)			

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

