

OLYMPUS
MORUM VIVENDI

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO		DOMENICA	
09.25 cielo	Total body 45	09.25 cielo	Ginn. Dolce 45	09.30 cielo	Total body 60	09.25 cielo	Ginn. Dolce 45	09.25 cielo	Ginn. Antalgica 45	10.00 cielo	Hatha Yoga 60	10.00 cielo	rotazione 60* corsi
10.10 cielo	Pilates 45	10.15 cielo	Stretching 45			10.15 cielo	Pilates 45	10.15 cielo	Mobilità 45				
13.00 cielo	Pilates 45	13.00 cielo	Total body 45			13.00 cielo	Interval train 45	13.00 cielo	Pilates 45				
18.30 aria	Cross Fit 45	18.30 aria	Cross Fit 30	18.30 aria	Cross Fit 45	18.45 cielo	Fit Boxe 60	18.30 aria	Cross Fit 30				
18.45 cielo	Gag 45	19.00 terra	Fat burning 45	18.45 cielo	Total Body 45	19.00 aria	circuit training 45	18.45 terra	Fat Burning 45	* Ricordati sempre di prenotare le lezioni con l'asterisco e di portare con te le apposite scarpe da ginnastica pulite, l'asciugamano ed una bevanda. corsi extra abbonamento			
19.30 cielo	Fit&Fun 30	19.45 terra	Pilates 45	19.30 cielo	Stretching 30	19.45 terra	Pilates 45	19.30 terra	Pilates 45				
20.00 aria	Spinning 60 *	20.00 aria	Spinning 60 *	20.05 cielo	Yoga 45	20.00 aria	Spinning 60 *	20.30 terra	Thai Boxe				
20.05 cielo	Yoga 45			20.30 aria	Thai Boxe								
20.30 terra	Thai Boxe												

I corsi verranno ridotti e modificati nei mesi estivi durante le festività ed i ponti. Dal 10 Giugno i corsi del mattino/primo pomeriggio vanno prenotati entro il giorno prima.

La direzione si riserva in ogni caso la possibilità di cambiare l'orario dei corsi