



HOME TRAINING - MAGGIO - 2021



	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
10,00						10,15 INDOOR CYCLING (Stefano)
11,00	ORE 11,00 PILATES (Annelisa)			ORE 11,00 PILATES (Annelisa)		ore 10,30 TOTAL BODY (Veronica)
13,10/14,00	ORE 13.00 TABATA (Gigi)	13,10 INDOOR CYCLING (Stefano)	ORE 13.00 TABATA (Gigi)	ORE 13.00 TABATA (Gigi)	13,10 INDOOR CYCLING (Stefano)	
16,00	ORE 16.00 PILATES (Renato)		ORE 16.00 PILATES (Renato)			
17,00	ORE 17.00 HATHA YOGA (Veronica)	ORE 17.00 TOTAL BODY (Gigi)		ORE 17.00 PILATES (Renato)		
18.00				ore 18,00 INDOOR CYCLING (Sofia)	ore 18,00 INDOOR CYCLING (Sofia)	
18,00		ORE 18.00 VINYASA YOGA (Veronica)		ORE 18.00 FIT_BALL STRETCH (Veronica)	ORE 18.00-19,00 TOTAL BODY Valentina Galli	
18,30	ore 18,30 INDOOR CYCLING (Sofia)		ore 18,30 INDOOR CYCLING (Sofia)			
18,30-O-19,00		ore 18,30 ZUMBA (Dionne)		ore 19,00 INDOOR CYCLING (Sofia)	ore 18,30 ZUMBA (Dionne)	
19.00	ore 18,45 ZUMBA (Dionne)	ore 19.00 FIT_BALL STRETCH (Veronica)	ore 19,00 ZUMBA (Valentina)	ore 19.00 YIN YOGA (Veronica)	ore 19,00 INDOOR CYCLING (Sofia)	