



ZERONERO

PLANNING CORSI 2022/2023

MAIN SPONSOR




LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO	
09:30 10:00	STRETCHING SILVIA	09:00 10:00	PILATES BARBARA	09:30 10:15	YOGA STRETCHING STEFANO B.	09:30 10:00	ADDOMINALI E STRETCH ALESSIO	09:30 10:00	STRETCHING SILVIA	10:00 11:00	TOTAL BODY ALLO
10:00 11:00	JUMP & TONE SILVIA	10:00 10:45	OMNIA STEFANO D.	10:15 11:00	TOTAL BODY STEFANO B.	12:30 13:30	GROUP CYCLE EUGENIO	10:00 11:00	CIRCUIT JUMP SILVIA		
12:40 13:30	JUMP & TONE SILVIA	12:40 13:30	FUNCTIONAL TRAINING STEFANO D.	12:40 13:30	POWER PUMP STEFANO B.	12:40 13:30	OMNIA TRAINING STEFANO D.	12:40 13:40	PILATES BARBARA		
18:30 19:00	ADDOMINALI STEFANO B.	18:30 19:00	ADDOMINALI ALESSIO	18:30 19:00	ADDOMINALI SILVIA	18:30 19:00	ADDOMINALI FABIO	12:45 13:30	FUNCTIONAL CIRCUIT CATERINA		
19:00 19:45	POWER PUMP STEFANO B.	19:00 19:45	BOXE UP ALESSIO	19:00 19:45	SUPER JUMP SILVIA	19:00 19:45	TABATA FABIO	19:00 19:45	OMNIA TRAINING FABIO		
20:00 20:45	DYNAMIC YOGA STEFANO B.	19:15 20:00	TABATA FABIO	19:45 20:30	TOTAL STRETCHING SILVIA	19:00 20:00	POLE DANCE ISABELLA	19:00 19:45	BOXE UP ALESSIO		
19:15 20:15	PILATES BARBARA	20:00 20:45	POSTURAL TRAINING ALLO	19:30 20:30	GROUP CYCLE OTTAVIO	20:00 21:00	POLE DANCE ISABELLA	19:45 20:45	GROUP CYCLE MASSIMILIANO		
		20:15 21:15	CALISTHENICS LUCA F.	19:30 20:30	BOXE NICOLO'	20:00 21:00	PILATES BARBARA				
				18:30 19:30	BOXE JUNIOR NICOLO'	20:00 21:00	KICKBOXING ROBERTO				

PRENOTA
IL TUO
CORSO TRAMITE
L'APP
MY WELLNESS



LA PRENOTAZIONE
DOVRA' ESSERE
EFFETTUATA ALMENO
1 ORA PRIMA
DELL'INIZIO DEL CORSO

 **CORSI A PAGAMENTO**

 **CORSI JUNIOR**

NEL PERIODO ESTIVO IL PLANNING POTREBBE SUBIRE DELLE VARIAZIONI