



Viale Europa n. 22/A
 25036 Palazzolo s/o
 Tel: 030-7301775 / Fax: 030 7407144
www.bodyline-asd.com
info@bodyline-asd.com

PLANNING CORSI 2018/19

ORARI APERTURA
LUNEDI - MERCOLEDI- VENERDI
 09:00 - 22:00
MARTEDI-GIOVEDI
 06:45 - 22:00
SABATO
 09:00 - 18:00

LUNEDI'			MARTEDI			MERCOLEDI			GIOVEDI			VENERDI			SABATO		
			06:45	WOD WORKOUT OF THE DAY	45'				06:45	WOD WORKOUT OF THE DAY	45'						
10:00	PILATES	60'	09:30	STEP	30'	10:00	LIFE PUMP	50'	09:30	G.A.G.	30'	09:30	ALLENAMENTO FUNZIONALE	30'	10:00	YOGA	60'
			10:00	JOY WALK	30'				10:00	POSTURALE	60'	10:00	JOY WALK	30'			
13:00	PILATES	60'				12:45	WOD	45'	13:00	SPINNING	45'	12:45	JOY WALK	15'			
			13:00	JOY WALK	45'							13:00	H.I.I.T.	35'			
15:00	NO AGE FITNESS	60'	15:00	JOY WALK BASIC	30'	15:00	NO AGE FITNESS	60'	15:00	POSTURALE	60'						
			15:30	BODY TONIC	30'												
17:30	KICK BOXING JUNIOR	45'						45'	17:30	KICK BOXING JUNIOR	45'						
		50'	18:30	PILATES	45'	18:30	TRX ALLENAMENTO IN SOSPENSIONE	45'	18:30	JOY WALK	45'	18:30	PILATES	45'			
18:30	YOGA	60'	19:15	JOY WALK	45'	19:00	SPINNING	45'	18:30	YOGA	60'	18:30	SPINNING	45'			
19:00	SPINNING	45'	20:00	SIXPACK TRAINING	45'							19:15	SIXPACK TRAINING	45'			
19:30	G.A.G. TON UP	30'				19:30	POLE DANCE ATTIVITA' A PAGAMENTO	180'	19:30	BODY TONIC	45'	20:00	TRX ALLENAMENTO IN SOSPENSIONE	45'			
20:30	KICK BOXING	60'							20:30	KICK BOXING	60'						

NELLO SPIRITO DI OFFRIRE UN SERVIZIO OTTIMALE, IL PRESIDENTE DURANTE LA STAGIONE, SI RISERVA L'OPPORTUNITA' DI CAMBIARE GIORNI, ORARI E ISTRUTTORI DEI VARI CORSI.