

CORSI DI GRUPPO 2017 Dal 31 Luglio Al 9 Agosto

Sport & Benessere wellness club

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9:15-10:00 GINNASTICA DOLCE*	10:00 - 10:45 STRETCHING*	10:00 - 10:45 PILATESMAT*	9:15-10:00 GINNASTICA DOLCE*	10:00 - 10:45 TOTALBODY*	10:00 - 10:50 STRETCHING*
9:15-10:00 AQUATERAPY*	10:00 - 10:45 AQUAGYM(A)*	10:00 - 10:45 AQUAGYM(A)*	9:15-10:00 ACQUAPILATES*	11:00 - 11:45 STRETCHING*	10:00-10:45 AQUAGYM(B)*
10:00 - 10:45 PANCAFIT*			10:00 - 10:45 PANCAFIT*		
10:00 - 10:45 AQUAGYM(B)*					
12:45 - 13:30 HEATPROGRAM*		12:45 - 13:30 PANCAFIT*	12:45 - 13:30 TOTALBODY*	12:45 - 13:30 HEATPROGRAM*	
12:45 - 13:30 AQUAGYM(A)*		12:45 - 13:30 SUSPENSION*		12:45 - 13:30 AQUAGYM(B)*	
12:45 - 13:30 CIRCUIT					
18:00 - 18:45 PANCAFIT*	19:00 - 19:45 PANCAFIT*	18:30 - 19:15 FITBOXE*	18:45-19:30 BODY-BALANCE*	19:00 - 19:45 SUSPENSION*	
18:30 - 19:15 TOTALBODY*	19:00 - 19:45 TOTALBODY	18:30 - 19:20 HEATPROGRAM*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*		
19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*	18:30 - 19:15 PILATESMAT*			
18:30 - 19:20 HEATPROGRAM*	18:30 - 19:20 HEATPROGRAM*	18:45 - 19:30 PANCAFIT*			
19:15 - 20:00 SUSPENSION*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*			

WWW.SBBREBBIA.IT

Tonificazione

Cardio

Posturali

Acqua



0332-971299

Sport & Benessere
wellness club
Via Garibaldi 21/g - Brebbia (VA)

***tutti i corsi saranno a prenotazione**

CORSI DI GRUPPO 2017 Dal 21 Agosto Al 9 Settembre

Sport & Benessere

wellness club

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9:15-10:00 GINNASTICA DOLCE*	10:00 - 10:45 STRETCHING*	10:00 - 10:45 PILATESMAT*	9:15-10:00 GINNASTICA DOLCE*	10:00 - 10:45 TOTALBODY*	10:00 - 10:50 STRETCHING*
9:15-10:00 AQUATERAPY*	10:00 - 10:45 AQUAGYM(A)*	10:00 - 10:45 AQUAGYM(A)*	9:15-10:00 ACQUAPILATES*	11:00 - 11:45 STRETCHING*	10:00-10:45 AQUAGYM(B)*
10:00 - 10:45 PANCAFIT*			10:00 - 10:45 PANCAFIT*		
10:00 - 10:45 AQUAGYM(B)*					
12:45 - 13:30 HEATPROGRAM*	12:45 - 13:30 PANCAFIT*	12:45 - 13:30 PANCAFIT*	12:45 - 13:30 TOTALBODY*	12:45 - 13:30 HEATPROGRAM*	
12:45 - 13:30 AQUAGYM(A)*	12:45 - 13:30 SUSPENSION*			12:45 - 13:30 AQUAGYM(B)*	
12:45 - 13:30 CIRCUIT*					
18:00 - 18:45 PANCAFIT*	19:00 - 19:45 PANCAFIT*	18:30 - 19:15 FITBOXE*	18:45-19:30 BODY-BALANCE*	19:00 - 19:45 SUSPENSION*	
18:30-19:15 TOTALBODY*	19:00-19:45 TOTALBODY*	18:30 - 19:20 HEATPROGRAM*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*		
19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*	19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*	18:30 - 19:15 PILATESMAT*	18:30 - 19:15 HEATPROGRAM*		
18:30 - 19:20 HEATPROGRAM*	19:00 - 19:45 HEATPROGRAM*	18:45 - 19:30 PANCAFIT*	18:45-19:45 CROSS TRAINING*		
19:15 - 20:00 SUSPENSION*		19:00 - 19:45 AQUAGYM(B)*			

WWW.SBBREBBIA.IT

Tonificazione

Cardio

Posturali

Acqua



0332-971299

Sport & Benessere

wellness club

Via Garibaldi 21/g - Brebbia (VA)

***tutti i corsi saranno a prenotazione**