

SALA CORSI

LUNEDÌ

09:30 - 10:30 Tonificazione
13:00 - 13:40 Body Met
14:30 - 15:30 Tone Up
18:30 - 19:30 Tonificazione
19:30 - 20:30 Pilates

MARTEDÌ

09:00 - 10:00 Benessere } Pilates, yoga
10:00 - 11:00 Benessere } & tono
18:00 - 18:40 Body Met
19:00 - 20:00 Group Functional
19:00 - 20:00 Indoor Cycling

MERCOLEDÌ

09:30 - 10:30 Tonificazione
13:00 - 13:40 Body Met
14:30 - 15:30 Tone Up
18:30 - 19:30 Tonificazione
19:30 - 20:30 Pilates

GIOVEDÌ

09:00 - 10:00 Benessere } Pilates, yoga &
10:00 - 11:00 Benessere } tono
18:00 - 18:40 Body Met
19:00 - 20:00 Group Functional
19:00 - 20:00 Indoor Cycling

VENERDÌ

09:15 - 10:15 Indoor Cycling
12:45 - 13:45 Indoor Cycling
14:30 - 15:30 Tone Up
18:30 - 19:10 Friday Workout

SALA SUSPENSION

LUNEDÌ

17:50 - 18:20 Queenax/Trx

MARTEDÌ

17:30 - 18:00 Queenax/Trx
18:00 - 18:30 Queenax/Trx
18:30 - 19:00 Queenax/Trx
19:00 - 19:30 Queenax/Trx

GIOVEDÌ

17:30 - 18:00 Queenax/Trx
18:00 - 18:30 Queenax/Trx
18:30 - 19:00 Queenax/Trx
19:00 - 19:30 Queenax/Trx

VENERDÌ

18:00 - 18:45 Queenax/Trx
18:45 - 19:30 Queenax/Trx

Prenotazioni attive su www.bodyevidence.it

o su Zen Wellness

(codice attivazione **571A8156**)

Username : cognome.nome (in minuscolo)

Password : data di nascita in 6 cifre

(es 060680)

SMALL CLASS

LUNEDÌ

07:00 - 07:45 Small Hiit
08:00 - 09:00 Small Tono
09:00 - 10:00 Small Tono (2 turni)
12:30 - 14:00 Small Tono
18:30 - 19:30 Small Tono (2 turni)
19:30 - 20:30 Small Tono

MARTEDÌ

07:00 - 07:45 Small Hiit
09:00 - 10:00 Small Tono
11:00 - 12:00 Pancafit
12:45 - 13:45 Small Pilates
16:00 - 17:00 Pancafit
18:00 - 19:00 Small Tono

MERCOLEDÌ

08:00 - 09:00 Small Tono
09:00 - 10:00 Small Tono (2 turni)
12:30 - 14:00 Small Tono
18:30 - 19:30 Small Tono (2 turni)
19:30 - 20:30 Small Tono

GIOVEDÌ

07:00 - 07:45 Small Hiit
08:30 - 09:30 Small Pilates
09:00 - 10:00 Small Tono
12:30 - 14:00 Small Tono
16:00 - 17:00 Pancafit
18:00 - 19:00 Small Tono

VENERDÌ

09:00 - 10:00 Small Tono
11:00 - 12:00 Pancafit
12:30 - 14:00 Small Tono
18:30 - 19:30 Small Tono
19:30 - 20:30 Small Tono

SABATO

10:00 - 11:00 Small Tono