TEEN 13/18

#SCUOLADISPORTSCUOLADIVITA

CORSI

FITNESS E ACQUAFITNESS
DAL 20 SETTEMBRE

LUNEDÌ

14.00	BODY PUMP (virtual)
17.30	SH'BAM (virtual)
18.00	BODY BALANCE (virtual)
19.10	AQUAWORK
19.30	KARATE
20.00	LM CORE

VENERDÌ

14.00	BODY COMBAT (virtual + ISTR)
17.00	KARATE
17.30	SH'BAM (virtual)
19.10	CORSO NUOTO
19.10	AQUATONUS
19.30	BODY BALANCE
20.00	KAMMINA
20.00	CORSO NUOTO

MARTEDÌ

14.00	SH'BAM (virtual)
17.30	TOTAL BODY
18.30	DANZA
19.00	BODY PUMP
19.10	CORSO NUOTO
19.30	PILATES
20.00	BODY COMBAT (virtual)
20.00	CORSO NUOTO

SABATO

14.00	SH'BAM (virtual)
17.30	BODY PUMP (virtual)

MERCOLEDÌ

14.00	BODY BALANCE (virtual + ISTR)
18.00	BODY COMBAT (virtual + ISTR)
18.30	LM CORE
19.30	KAMMINA
19.30	KARATE
19.30	SH'BAM (virtual)

SALA ATTREZZI

LUN - MER - VEN

FASCIA ORARIA
15.00/17.00

TERMARIO

CONSENTITO DAI 16 ANNI
CON AUTORIZZAZIONE
DEI GENITORI

GIOVEDÌ

14.00	LM CORE
17.00	CIRCUIT EVOLUTION (live)
18.00	POSTURALE
18.30	DANZA
19.00	BODY COMBAT (virtual)
19.10	AQUADYNAMIC
20.00	SH'BAM (virtual)

LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA PER TUTTE LE ATTIVITÀ