



**FastFit<sup>2</sup> Calendario Corsi 2018 - 2019 – Settembre**


	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
MATTINA	09.30 (45') Functional Training	08.15 (30') X tempo Energy	09.30 (45') Total Body Workout	09.30 (30') Zumba Fitness	08.15 (45') Total Body Workout	10.30 (60') Jumping Fitness*
	10.15 (45') Pilates Dinamico	08.45 (30') Fit Ball Sculpt	10.15 (45') Postural Training	10.00 (30') Body sculpt	09.00 (45') Stretching Energetico dei 5 elementi	
		09.15 (30') Postural Training		10.30 (30') Pilates Training		
PAUSA PRANZO	12.50 (55') Spartan SGX	12.50 (55') Gino Tonic & Stretching	12.50 (55') Spartan SGX	12.50 (55') Aero Circuit	12.50 (55') Postural Training	
POMERIGGIO	Jiu Jitsu Kids* 16.30 -17.45	Jiu Jitsu Kids* 16.30 -17.45	Jiu Jitsu Kids* 16.30 -17.45	Jiu Jitsu Kids* 16.30 -17.45	Jiu Jitsu Kids* 16.30 -17.45	
SERA	18.30 (55') Gino Tonic	18.30 (55') TRX Functional**	18.30 (55') Spartan SGX	18.30 (55') Zumba	18.30 (55') Flexible Streght	
	19.25 (55') Spartan SGX	19.25 (55') Zumba	19.25 (55') Gyrokinesis	19.25 (55') Body sculpt	19.25 (55') TRX Functional**	
		20.00 (60') Spinning **		20.00 (60') Spinning **		
			20.30 Tango Argentino*	20.30 Country*		

\* Attività non comprese nell'abbonamento OPEN

\*\* Attività comprese nell'abbonamento Open 12 mesi (o con gettoni) con prenotazione - Tel. 045 6269473

La Direzione si riserva il diritto di apportare variazioni di orario e di tipologia di corso in caso di necessità o richieste