

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO
VENERE	GIOVE	VENERE	GIOVE	VENERE	GIOVE	VENERE	GIOVE	VENERE	GIOVE	VENERE
Ore 8:50 Posturale	ore 9:00 Group Cycling *	Ore 8:45 Pilates	Ore 9:00 Walk&Dim.*	ore 9:00 Dinamic Yoga	Ore 9:15 Group Cycling *	Ore 8:50 Posturale	Ore 9:00 Walk&Dim.*	Ore 8.45 Pilates	ore 9:00 Group Cycling *	ore 9:00 MetaGAG *
ore 10:00 Body Pump				ore 10:00 Sambafit		Ore 9:50 Total Body		ore 10:00 Sambafit		
		Ore 16:00 HIP HOP INTERMEDIO **				Ore 16:00 HIP HOP INTERMEDIO **				Ore 15:00 Cross Hard *
Ore 17:00 Vigor Trx*		ORE 17:00 HIP HOP Principianti **		Ore 17:00 Zumba		ORE 17:00 HIP HOP Principianti **		ORE 15:00 HIP- HOP Avanzato **		Ore 16:30 Zumba
Ore 18:00 Total Body	ore 18:30 Walk&Dim*	Ore 18:00 Cross Hard *		Ore 18:00 Dinamic Yoga		ore 18:00 Total Body	Ore 18:30 Triathlon*	Ore 17:30 Vigor Trx*		
ore 19:00 Posturale		ore 19:00 Pilates	Ore 19:30 Triathlon*	Ore 19:00 Body pump		ore 19:00 Posturale	ore 19:30 Walk&Dim*	Ore 18:30 Body pump		
ORE 20:00 HIP HOP Avanzato **	Ore 20:00 Group Cycling*	Ore 20:00 Wing Chun **			Ore 20:00 Group Cycling*	Ore 20:00 Wing Chun **		ore 19:30 Pilates	Ore 20:00 Group Cycling*	



Via Di Sotto, 128
Pescara - Tel. 085.414886
www.vigorpalestra.it

www.vigorpalestra.it

* CORSI SU PRENOTAZIONE

** CORSI ESCLUSI DALL'ABBONAMENTO

Inizio Corsi dal 17/09 /2018