

PALESTRA

ERISU

UDINE

ORARI DEI CORSI

da SETTEMBRE

LUNEDI

MARTEDI

MERCOLEDI

GIOVEDI

VENERDI

SABATO

T'ai Chi Chuan
11:00 - 11:50A.F.A.
09.00 - 09.55T'ai Chi Chuan
11:00 - 11:50RISVEGLIO MUSC.
11:15 - 12:10A.F.A.
09.00 - 09.55

HAPPY BABY*
14.30 - 16.30

YOGA PILATES
12:00 - 12:50A.F.A.
10.00 - 10.55YOGA PILATES
12:00 - 12:50ZUMBA
14.30 - 15.25A.F.A.
10.00 - 10.55BODY SCULPT GAG
13:00 - 13:50RISVEGLIO MUSC.
11:15 - 12:10BODY SCULPT GAG
13:00 - 13:50KUNG FU
17.30 - 18.25ALLEN. DOWNHILL
19.30 - 20.25X-TEMPO
14.00 - 14.55ZUMBA
14.30 - 15.25X-TEMPO
14.00 - 14.55PILATES
18.30 - 19.25Nia Fusion Fitness
20.35 - 21.30ALLEN. FUNZIONALE
17.30 - 18.20KUNG FU
17.30 - 18.25ALLEN. FUNZIONALE
17.30 - 18.20BODY SCULPT GAG
19:30 - 20:25A.F.A.
18.30 - 19.25PILATES
18.30 - 19.25A.F.A.
18.30 - 19.25TONE UP
20:30 - 21:25A.F.A.
19.30 - 20.25BODY SCULPT GAG
19:30 - 20:25A.F.A.
19.30 - 20.25DANZE LATINE
20:30 - 21:25TONE UP
20:30 - 21:25ALLEN. DOWNHILL
20.30 - 21.25

Palestra Volta

ZUMBA

lunedì e mercoledì 20.00 - 20.55

FIT BOXE

lunedì e mercoledì 21.00 - 21.55