

orario corsi

14.01.2019 - 20.01.2019

Colosseum Fitnessclub
Via Dante Alighieri 14
06039 Trevi (PG)
0742 780948
colosseum-fit@libero.it



lunedì 14.01.2019	martedì 15.01.2019	mercoledì 16.01.2019	giovedì 17.01.2019	venerdì 18.01.2019	sabato 19.01.2019	domenica 20.01.2019
10:10 - 11:00 TONIC	10:00 - 10:50 DYNAMIC PILATES Julia	10:10 - 11:00 TONIC	10:00 - 10:50 DYNAMIC PILATES	10:10 - 11:00 TONIC	16:00 - 16:50 SPINNING	
13:30 - 14:20 PILATES	11:00 - 11:50 FUNZIONALE Julia	13:30 - 14:20 PILATES	11:00 - 11:50 FUNZIONALE	13:30 - 14:20 PILATES		
17:00 - 18:30 KARATE	13:30 - 14:20 WALKING PLUS	17:40 - 18:30 GLIDING GAG Barbara	13:30 - 14:20 WALKING PLUS	17:40 - 18:30 TRX		
17:40 - 18:30 TABATA	17:40 - 18:30 TRX	18:40 - 19:30 FLEXY CORE BARBARA	17:00 - 18:30 KARATE	18:40 - 19:30 FLEXY CORE BARBARA		
18:40 - 19:30 FLEXY CORE BARBARA	18:30 - 19:30 HIP HOP 1 Vanessa	19:30 - 20:30 SPINNING	18:30 - 19:30 HIP HOP 1	19:30 - 20:30 SPINNING		
19:30 - 20:30 SPINNING	18:30 - 20:30 BRAZILIAN JU JITZU Pietro	19:40 - 20:30 INTERVAL TRAINING BARBARA	18:30 - 20:30 BRAZILIAN JU JITZU	19:40 - 20:30 INTERVAL TRAINING BARBARA		
19:40 - 20:30 INTERVAL TRAINING BARBARA	18:30 - 19:20 POWER LADY		18:30 - 19:20 POWER LADY			
	18:30 - 19:20 POSTURALE		18:30 - 19:20 POSTURALE			
	19:30 - 20:30 HIP HOP 2 Vanessa		19:30 - 20:30 HIP HOP 2			
	20:30 - 21:20 ZUMBA		20:30 - 21:20 ZUMBA			

■ Alta Intensità
 ■ Bassa intensità
 ■ Media Intensità

aggiornato il: 17.01.2019