



ORARI - *Fitness*

Prato Crer, Via Guido Rey, 20, Aosta
Dal 5 Settembre 2022

LUNEDÌ - 10.00/11.00 (Tonificazione)

LUNEDÌ - 14.45/15.45 (Tonificazione+Ginnastica Dolce)

LUNEDÌ - 17.00/18.00 (Step/Tonificazione)

MARTEDÌ - 13.00/14.00 (Tonificazione+Ginnastica Dolce)

MARTEDÌ - 17.00/18.00 (Step)

MERCOLEDÌ - 10.00/11.00 (Ginnastica Dolce)

MERCOLEDÌ - 15.45/16.45 (Tonificazione)

GIOVEDÌ - 10.00/11.00 (Step+Tonificazione)

GIOVEDÌ - 13.00/14.00 (Step+Ginnastica Dolce)

GIOVEDÌ - 17.00/18.00 (Tonificazione)

VENERDÌ - 14.45/15.45 (Step/Tonificazione)

SABATO - 10.00/11.00 (Step+Tonificazione+Ginnastica dolce)

Materiale necessario: Asciugamano, Acqua

In caso di pioggia la lezione è annullata