

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	09:30-10:15 SALA B YOGA**		09:30-10:15 SALA B YOGA**	09:45-10 SALA A TONIFICAZIONE DOLCE **	10:15-11:00 SALA A GAG ***
12:45-13:30 SALA B GINNASTICA METODO PILATES STRETCH **	13:15-14:00 SALA A GAG ***	13:00-13:45 SALA A VINCENT BOXINGTEAM (PREPUGILISTICA) ***	12:45-13:30 SALA B GINNASTICA METODO PILATES STRETCH **	13:00-13:45 SALA A VINCENT BOXING TEAM (PREPUGILISTICA) ***	11:15-12:00 SALA A INTERVAL TRAINING ***
13:15-14:00 SALA A TONIFICAZIONE***			13:15-14:00 SALA A ADDOMINAL GAG***		
18:30-19:30 SALA A I.L AIR H.I.I.T.***	18:15-19:00 SALA A G.A.G CIRCUIT ***		18:30-19:15 SALA A I.L AIR H.I.I.T.***	18:15-19:00 SALA A TOTALBODY WORKOUT ***	
19:00-19:45 SALA B YOGA**	19:15-20:00 SALA A FIT BOXE-CORPO LIBERO ***	19:00-19:45 SALA B YOGA**		19:15-20:00 SALA A FIT BOXE-CORPO LIBERO***	LEGENDA PER IMPEGNO *= BASSO **=MEDIO ***=ALTO



ATTIVITA' DI GRUPPO

SPORTING CLUB

LEONARDO DA VINCI SRL – SSD

AFFILIATA CSI | ISSA EUROPE GROUP

VIA NATALE BATTAGLIA 6, 20127 MILANO | ITALIA | CF IT04661260150 | T9K4ZHO

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

RECEPTION@SPORTINGCLUBLEONARDO.IT

