

ORARIO CORSI 2019-2020

Orario Settimanale : da Lunedì a Venerdì "No Stop" dalle 8:30 alle 22:00 - Sabato dalle 8:30 alle 13:00



Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9.00	PILATES	FUNCTIONAL	PILATES	FUNCTIONAL	PILATES	
9.30						SUPERJUMP
10.00		WALKING & TONE		WALKING & TONE		
10.30						YOGA
11.00	SPINNING		YOGA		SPINNING	
11.15		GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE		
12.00						TRX
13.30		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		
13.45	SPINNING		SPINFLEX		SPINNING	
14.30		KRAV MAGA		KRAV MAGA		
15.00	GINNASTICA POSTURALE		GINNASTICA POSTURALE		GINNASTICA POSTURALE	
16.00	PILATES	BABY FITNESS	PILATES	BABY FITNESS	PILATES	
17.00	PILATES	KICK BOXING	PILATES	KICK BOXING	PILATES	
18.00	FUNCTIONAL	SPINFLEX	SPINFLEX	SPINFLEX	TRX	
19.00		PILATES		PILATES		
19.15	SPINNING		SPINFLEX		SPINNING	
20.15	TRX	SPINNING	KRAV MAGA	SPINNING	KRAV MAGA	

A.S.D. POLISPORTIVA NEW SALUS - Via G. Patari - 88100 CATANZARO
 Tel.: +39 0961 775654 www.asdnewsalus.it info@asdnewsalus.it