



VIVA FITNESS S.N.C.
 di Bisio Andrea & C.
 Via Voltaggio 29 R - 15066 GAVI (AL)
 T: 0143.1430212 - E: info@vivafitnessgavi.com
 P.I./C.F. 02363650066 - Num. REA: 249212

ORARIO CORSI 2013-2014 DAL 16/09											
	LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO
	SALA GOLD	SALA FLOWER	SALA GOLD	SALA FLOWER	SALA GOLD	SALA FLOWER	SALA GOLD	SALA FLOWER	SALA GOLD	SALA FLOWER	SALA GOLD
CORSI DEL MATTINO	SCUOLA DELLA SCHIENA 9:30 - 10:20		GINNASTICA DOLCE Monica 9:30 - 10:20		SCUOLA DELLA SCHIENA 9:30 - 10:20		GINNASTICA DOLCE Monica 9:30 - 10:20				
							CORE TRAINING 10:30 - 11:20				CORPO LIBERO 9:30-10:20
	PUMP IT 10:30 - 11:20				XTONE 10:30 - 11:20				PILATES 10:30 - 11:20		SPINNING 10:30 - 11:20
CORSI PAUSA PIANZO	X TONE 12:50 - 13:40			TRX 12:50 - 13:40			PUMP IT 12:50 - 13:40		PILATES 12:50 - 13:40		FUNCTIONAL TRAINING su prenotazione 10:30 - 11:20
CORSI SERALI	PILATES 17:00 - 17:50		X - TONE 17:00 - 17:50	NRG BAG TRX 17:00-18:50	PUMP IT 17:00 - 17:50				ZUMBA 17:00 - 17:50		
	ZUMBA 18:00 - 18:50		PUMP IT 18:00 - 18:50		X - TONE 18:00 - 18:50		NRG BAG TRX (Soppalco) 18:00 - 18:50		PILATES 18:00 - 18:50		
	PUMP IT 19:00 - 19:50		SPINNING 19:00 - 19:50	GINN DEL BENESSERE 19:15 - 20:00	PILATES 19:00 - 19:50	NRG BAG TRX (Soppalco) 19:00 - 19:50		SPINNING 19:15 - 20:05	STEP 19:00 - 19:50	FUNCTIONAL TRAINING su prenotazione 19:15 - 20:15	
	FUNCTIONAL TRAINING su prenotazione 19:50 - 20:40		CORPO LIBERO Monica 20:30 - 21:20		ZUMBA 20:00 20:50			PILATES 20:05 - 20:55	CORPO LIBERO Monica 20:30 - 21:20		