

CALENDARIO CORSI FITNESS

VALIDO DAL
14 SETTEMBRE

CORSI IN SALA • CORSI IN ACQUA

I corsi fitness in sala vengono svolti presso la **SALA VERDE**

AQUA
TONICA

P
POLISPORTIVO
PIACENZA

Orari	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9:00	 IDROGYM 09:00/09:45				 IDROGYM 09:00/09:45	
11:45						FUNZIONALE 11:45/12:30
12:45	T.R.X 12:45/13:30					
13:00		FUNZIONALE 13:00/13:45	H.I.I.T. 13:00/13:45	FUNZIONALE 13:00/13:45	T.R.X 13:00/13:45	
19:15			FUNZIONALE 19:15/20:00		T.R.X 19:15/20:00	• Per le attività è obbligatorio il certificato medico • La prenotazione è obbligatoria
19:30		 IDROGYM 19:30/20:15			 IDROGYM 19:30/20:15	

• Gli istruttori sono responsabili della sicurezza, e hanno facoltà di allontanare chiunque violi il regolamento esposto e che con il proprio comportamento metta in pericolo se stesso e gli altri.