



# Orario corsi ONLINE & OUTDOOR di fitness 2021

Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
9.30	Tone		Def.muscol.	Tone	Def.muscol.
10.00	9.30	Giofitness	9.30	9.30	9.30
10.30		10.00			
11.00					
11.30					
13.00					
13.15		Pilates		Pilates	
13.30	B.A.G.	13.15	Striding	13.15	Striding
14.00	13.30		13.30		13.30
14.15		Yogalates		Yogalates	
14.30		14.30		14.30	
15.00					
15.30	Ginn. Dolce		Ginn. Dolce		
16.00	15.30		15.30		
16.30					
17.00					
17.30		Workout & tone		Workout & tone	
18.00		18.00	18.00	18.00	18.00
18.30		Urban reb.	Urban reb.	Urban reb.	Urban reb.
19.00	G.A.G.	18.10	18.10	18.10	18.10
19.30	19.00	Piloxing	G.A.G.		Fit Boxe
19.45			19.00		18.10
20.00	B.A.G.	Zumba	19.20	Zumba	18.30
20.30	20.00	19.20		19.20	Striding
20.45			Step		19.30
21.00	Striding		20.00	Piloxing	
21.30	21.00		21.00	20.15	Tonificazione
22.00					Funzionale
					20.20

	Corsi effettuati ONLINE	Orario in vigore dal 24 Maggio
	Corsi effettuati OUTDOOR	
	Corsi INDOOR Palestra	
	Corsi INDOOR Palestra e ONLINE	
<small>Disciplina Sportiva "Attività Sportiva Ginnastica finalizzata alla Salute e al Fitness" riconosciuta dal CONI con del. n.1566 del 10/05/2017.</small>		
<small>Le attività proposte da Happy Gym e riportate nel presente palinsesto sono da considerarsi singole specialità derivanti dalla</small>		

Per info:		
telefono		0583 469065
cellulare		3381260533
whatsapp		3289351204
mail		info@happy-gym.it