

# SETTEMBRE 2023

## CORSI A ROTAZIONE

### SALA 1 E SALA 2

#### **SABATO 16/09**

09:30 Indoor Cycling  
**TOMMY**

11:00 Get-Cross  
**RICCARDO**

12:00 Postural Training  
**RICCARDO**

#### **SABATO 23/09**

09:30 Indoor Cycling  
**TOMMY**

11:00 Total Body  
**DORIAN**

12:00 Gambe, Glutei  
ed ABD Work  
**DORIAN**

#### **SABATO 30/09**

09:30 Indoor Cycling  
**TOMMY**

11:00 Total Body  
**PAOLO**

12:00 Pilates  
**PAOLO**

- I CORSI SARANNO TENUTI SOLO CON UN MINIMO DI 5 PARTECIPANTI.
- LA PRENOTAZIONE AI CORSI È ANCORA OBBLIGATORIA.
- LA DIREZIONE SI RISERVA LA FACOLTÀ DI MODIFICARE ORARI O CORSI QUALORA LO RITENESSE OPPORTUNO.

- SALA 1
- SALA 2