



SPORT FASHION PALACE

DAL 5 SETTEMBRE 2011

LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE GLI ORARI IN QUALSIASI MOMENTO

LUNEDI'					MARTEDI'					MERCOLEDI'				
STUDIO 1	STUDIO 2	STUDIO 3 rowing	STUDIO 4 spinning	PISCINA	STUDIO 1	STUDIO 2	STUDIO 3 rowing	STUDIO 4 spinning	PISCINA	STUDIO 1	STUDIO 2	STUDIO 3 rowing	STUDIO 4 spinning	PISCINA
				7.30 - 9.30 NUOTO LIBERO					7.30 - 8.30 ACQUAGYM melania					7.30 - 8.15 NUOTO LIBERO
9.00 - 10.00 TOTAL BODY silvia		9.30-10.30 ROWING andrea	9.00-10.00 SPINNING manuela				9.30 - 10.30 TOTAL BODY fatima		8.30 - 9.00 NUOTO LIBERO	9.00 - 10.00 STEP silvia		9.30-10.30 ROWING andrea	9.00-10.00 SPINNING manuela	8.30 - 9.30 NUOTO LIBERO
10.00 - 10.30 STRETCHING silvia	10.00-11.00 PILATES claudia			9.30 - 10.15 ACQUABIKE raffaella	10.30 - 11.30 PILATES max				9.00-9.45 ACQUAGYM melania	10.00 - 10.30 G.A.G silvia	10.00-11.00 PILATES claudia			9.30 - 10.15 ACQUABIKE raffaella
				10.30 - 11.15 ACQUAGYM giuseppe	11.30-12.30 POSTURALE maurizio				10.00-10.45 RUN BIKE CIRC melania	10.40-1.30 POSTURALE maurizio				10.30 - 11.15 ACQUAGYM giuseppe
11.30 - 12.30 P.S.B. maurizio										11.30 - 12.30 P.S.B. maurizio				
				13.30-14.15 ACQUAGYM barbara				14.00-15.00 SPINNING maunela	11.30 - 14.00 NUOTO LIBERO					13.30-14.30 ACQUAGYM barbara
	13.30-14.30 BODY&TONE claudia			14.30-15.45 NUOTO LIBERO	13.30 - 14.30 G.A.G. max				14.00-14.45 HIDROBIKE giorgia		13.30-14.30 BODY&TONE claudia			14.30-15.45 NUOTO LIBERO
14.30 - 15.30 AEROSCUPT anna							15.00-16.00 FIT BALL barbara		15.00-16.00 NUOTO LIBERO	14.30 - 15.30 AEROSCUPT anna				
16.30-17.30 POSTURALE maurizio				16.30 - 17.15 SCUOLA NUOTO	17.00-18.00 posturale maurizio				16.00 - 17.30 SCUOLA NUOTO	16.30-17.30 POSTURALE maurizio	17.00-18.00 KARATE KIDS alfredo			16.00 - 17.30 SCUOLA NUOTO
17.30-18.30 STEP maurizio	17.00-18.00 KARATE KIDS alfredo			17.30 - 18.15 SCUOLA NUOTO	18.15-19.15 G.A.G. maurizio	18.15-19.15 POLE DANCE	18.30-19.30 ROWING valentina		17.30 - 18.15 SCUOLA NUOTO	17.30-18.30 P.S.B. maurizio	18.00-19.00 KARATE JUNIOR alfredo	17.00-18.00 DANZA JUNIOR isabella		17.30 - 18.15 SCUOLA NUOTO
18.30 - 19.30 G.A.G. max	18.00-19.00 KARATE JUNIOR alfredo			18.30 - 19.15 ACQUAGYM tamara					18.30-19.15 RUN BIKE CIRC	18.30 - 19.30 G.A.G. max				18.30 - 19.15 ACQUAGYM tamara
19.30-20.30 KICK BOXE andrea	19.00 - 20.00 PUMP gianluca	18.30-19.30 ROWING luca	19.00-20.00 SPINNING stefano	19.30 - 20.15 ACQUAGYM tamara			19.30 - 20.30 PILATES max		19.30-20.30 SPINNING stefano	19.30-20.30 KICK BOXE andrea	19.00 - 20.00 PUMP gianluca	19.00-20.00 ROWING andrea	19.30-20.30 100'SPINNING stefano	19.30 - 20.15 ACQUAGYM tamara
							20.30-21.30 P.S.B. maurizio						20.30-21.30 100'SPINNING stefano	20.30 - 21.15 NUOTO LIBERO
				20.30-22.00 NUOTO LIBERO	21.00-22.30 SALSA PRINC.				21.30-22.00 NUOTO LIBERO					21.30-22.00 NUOTO LIBERO

ORARI PALESTRA: DAL LUNEDI' AL VENERDI' 7,30-22,00 CHIUSURA 22,30

SABATO 9,00-19,30 CHIUSURA 20,00 DOMENICA 10,00-13,00 CHIUSURA 13,30