

Roma70 - PLANNING FITNESS

Ora	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab
9:00	AEROBOXE Daena	STRIDING Lorenzo	AEROBOXE Daena	STRIDING Lorenzo	AEROBOXE Daena	
09:00			SPINNING Alessandro		SPINNING Alessandro	
10:00	TOTAL BODY Daena	FUNZIONALE Giorgia	TOTAL BODY Daena		FUNZIONALE Giorgia	STRIDING Cristina
10:00		PILATES Sabrina		PILATES Sabrina	TOTAL BODY Daena	
11:00	LATIN FUSION FIT Alessandra	B. FLOW Giorgia	B. FLOW Giorgia	LATIN FUSION FIT Alessandra	B. FLOW Giorgia	YOGA Maria
11:00	POSTURALE Sabrina	PUMP Marco	POSTURALE Sabrina	PUMP Marco	POSTURALE Sabrina	SPINNING Cristina
12:00	STRETCH SABRINA			STRETCH Marco		
17:00			PILATES Sabrina		PILATES Sabrina	
17:00			FUNZIONALE David			
18:00	FUNZIONALE David				FUNZIONALE David	
18:00		POSTURALE Sabrina		POSTURALE Sabrina		
18:30			STRIDING Cristina			
19:00		SPINNING Lorenzo		SPINNING Lorenzo		
19:00	ZUMBA Daena	FITKRAV Diego	ZUMBA Daena	FITKRAV Diego	ZUMBA Daena	
19.30	STRIDING Cristina		SPINNING Cristina		STRIDING Cristina	
20.00	ADDOMINALI Daena		ADDOMINALI Daena		ADDOMINALI Daena	

ORARI ASSISTENZA SALA PESI

dal LUN al VEN	08:00 – 22:00
SABATO	08:00 – 20:00
DOMENICA	09:30 – 13:00

LA DIREZIONE SI RISERVA DI MODIFICARE GLI ORARI NON FREQUENTATI-ORARI VALIDI DAL 23/09/19

FB/INSTAGRAM: @roma70sport
E-MAIL: roma70sport@gmail.com

TEL.: 06.200.29.29
WEB: ww.roma70sport.it