

# Planning Corsi - VAREDO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<b>STRETCHING</b> 10:00 - 11:00			<b>TONIFICAZIONE</b> 10:00 - 11:00
	<b>FUNZIONALE</b> 11:00 - 12:00		<b>HATA YOGA</b> 11:00 - 12:00	<b>PILATES</b> 11:00 - 12:00
<b>POWER CIRCUIT</b> 12:45 - 13:45	<b>ABS &amp; ARMS</b> 12:45 - 13:45	<b>AMRAP GAG</b> 12:45 - 13:45		<b>BOOTYBUILDING</b> 12:45 - 13:45
<b>TABATA</b> 17:30 - 18:15		<b>TONIFICAZIONE</b> 17:30 - 18:30		
<b>CROSS TRAINING</b> 18:15 - 19:00	<b>CROSS GLUTEO WORKOUT</b> 18:15 - 19:15	<b>CARDIO DANCE</b> 18:30 - 19:30	<b>CROSS TRAINING</b> 18:15 - 19:15	<b>CIRCUIT GAG</b> 18:00 - 19:00
<b>ZUMBA</b> 19:00 - 20:00	<b>DANCE'S VIBE</b> 19:15 - 20:15		<b>ZUMBA</b> 19:15 - 20:15	<b>GYM TONIC</b> 19:00 - 20:00
<b>GAG</b> 20:00 - 20:45			<b>TOTAL BODY</b> 20:15 - 21:15	