

ORARIO CORSI FITNESS

Agosto 2025

PLANET 1

PLANET 1	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI	VENERDI'
10:00 11:00	Ginnastica per tutti BRUCIAGRASSI & TONE		Ginnastica per tutti STRETCH & TONE	Ginnastica per tutti BENESSERE POSTURALE	
		<u>15:00/16:00</u> Fino al 7/08/25 Ginnastica per tutti Metodo PILATES		<u>15:00/16:00</u> Fino al 7/08/25 Ginnastica per tutti Metodo PILATES	
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica ENERGY TONE		Ginnastica Aerobica POWER PUMP		Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI
19:00 20:00	<u>18:00/19:00</u> Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI				

PLANET 3

PLANET 3	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	SABATO
		<u>18:50/19:50</u> SPINBIKE ★ Indoor Cycling		<u>19:00/20:00</u> SPINBIKE ★ Indoor Cycling	

OUTDOOR CAMP

	LUNEDI'	MERCOLEDI'	VENERDI'	SABATO
18:30 19:30	 Ginnastica ★ SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP	 Ginnastica ★ SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP		 Ginnastica ★ SPARTAN TRAINING ITINERANTE



**SPARTAN
TRAINING**
O.C.R. CAMP - Reggio Emilia -
CHAMPION'S CLUB 1994 S.R.L.S.D.



GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

Le lezioni si svolgono con un MINIMO di 4 PERSONE

PRENOTAZIONE e CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORI

La direzione di riserva eventuali modifiche