

MEETFIT CASSANO LIVE e VIRTUAL PLANNING

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
ORE 9,30	ORE 9,30	ORE 9,30	ORE 9,30	ORE 9,15
INTERVAL TRAINING	RISVEGLIO MUSCOLARE	GINNASTICA ANTALGICA	YOGA	GINNASTICA DOLCE
45' ELISA		60' TONY		60' MICHELA
ORE 10,30	ORE 10,30	ORE 10,30	ORE 10,30	ORE 10,15
PILATES	GLUTEI	POSTURALE	TOTAL TONE	TOTAL TONE
		60' TONY		60' MICHELA
ORE 12,45	ORE 12,45	ORE 12,45	ORE 12,45	
INTERVAL TRAINING	STEP TONE	FUNCTIONAL TRAINING	GAG	
45' FABIANA		60' FABIANA		
ORE 18,45	ORE 18,30	ORE 18,30	ORE 18,30	ORE 18,30
FITBOXE	PUMP	FUNCTIONAL TRAINING	FIT BOXE	FUNCTIONAL TRAINING
45' ELIO	45' FAUSTO	45' TONY	45' ROSSELLA	60' CLAUDIO
ORE 19,30	ORE 19,30	ORE 19,15	ORE 19,15	ORE 19,30
TABATA XL	ADDOMINALI	GAG	ADDOMINALI	KOMBAT FUSION
45' ELIO	15' FAUSTO	45' TONY	15' ROSSELLA	45' CLAUDIO
	ORE 19,45 INTERVAL TRAINING 45' FAUSTO		ORE 19,30 ZUMBA TONE 45' FIDEL	

- I corsi evidenziati sono VIRTUAL
- La prenotazione non è necessaria
- TUTTI I CORSI SONO INCLUSI NELL'ABBONAMENTO