

## 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	60' 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						
	<table border="1" style="margin: auto; text-align: center;"> <tr><td>ORE 19,45</td></tr> <tr><td>INTERVAL TRAINING</td></tr> <tr><td>45' FAUSTO</td></tr> </table>	ORE 19,45	INTERVAL TRAINING	45' FAUSTO		<table border="1" style="margin: auto; text-align: center;"> <tr><td>ORE 19,30</td></tr> <tr><td>ZUMBA TONE</td></tr> <tr><td>45' FIDEL</td></tr> </table>	ORE 19,30	ZUMBA TONE	45' FIDEL	
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