



#TASSIGNANO

I  
S  
R  
O  
C  
#

# O R A R I

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ

7.00 \_ 22.30

SABATO

8.00 \_ 18.00

DOMENICA

#MUGNANO 9.00\_13.30

#TASSIGNANO CHIUSO

# I N F O

#TASSIGNANO\_ VIA DEL CASALINO \_ T: 0583 936707

#MUGNANO\_ VIA DI MUGNANO 638 \_ T: 0583 1714828

WWW.GENESI.FITNESS  
INFO@GENESI.FITNESS



|                                      | LUN                       | MAR                                | MER                       | GIO                                | VEN                                 | SAB                         |
|--------------------------------------|---------------------------|------------------------------------|---------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------|
| #<br>1                               | 9>10<br>CORPO<br>LIBERO   | 13.15>14.15<br>BODY STRONG         | 9>10<br>FLEXABILITY       | 13.15>14.15<br>CIRCUIT             | 9>10<br>VERTEBRALE                  | 9>10<br>HATHA<br>YOGA       |
|                                      | 13>13.15<br>GLT           | 15.30>16.30<br>TOTAL BODY          | 10.15>11.15<br>HATHA YOGA | 15.30>16.30<br>TOTAL BODY          | 13>13.15<br>ABS                     | 10>11<br>FIT BOXE           |
|                                      | 13.15>14<br>HIIT          | 16.30>17.30<br>VERTEBRALE          | 13>14<br>FLEXABILITY      | 16.30>17.30<br>VERTEBRALE          | 13.15>14.00<br>CARDIO               |                             |
|                                      | 16>17<br>AVV FITNESS*     | 17.30>18.30<br>S. PILATES          | 16>17<br>AVV FITNESS*     | 17.30>18.30<br>S.PILATES           | 13.15>14.15<br>MUSCLE<br>DEFINITION |                             |
|                                      | 17>18<br>DANCE FIT        | 18.30>19<br>GLT                    | 17>18<br>DANCE FIT        | 18.30>19<br>CARDIO                 | 15.30>16.30<br>FLEX & TONE          |                             |
|                                      | 18>18.30<br>GLUTEI        | 19>20<br>FIT BOXE                  | 18.30>19.30<br>TOTAL BODY | 19>20<br>GLT & UPPER               | 18>18.30<br>GLT & ABS               |                             |
|                                      | 18.30>19.30<br>CIRCUIT    | 20>21.30<br>KARATE*                | 20>21.30<br>TAEKWONDO*    | 20>21.30<br>KARATE*                | 18.30>19.30<br>CARDIO FORZA<br>FLEX |                             |
|                                      | 19.30>20<br>STRETCHING    |                                    |                           |                                    | 19.30>21.00<br>TAEKWONDO*           |                             |
|                                      | 20>21.30<br>TAEKWONDO*    |                                    |                           |                                    |                                     |                             |
|                                      |                           |                                    |                           |                                    |                                     |                             |
| #<br>2                               | 7.30>8.30<br>CALISTHENICS | 13>14<br>CALISTHENICS              | 18>19<br>CALISTHENICS     | 13>14<br>CALISTHENICS              | 7.30>8.30<br>CALISTHENICS           |                             |
|                                      | 18>19<br>CALISTHENICS     | 16.30>17.30<br>CALISTHENICS<br>GO! | 19>20<br>CALISTHENICS     | 16.30>17.30<br>CALISTHENICS<br>GO! | 18>19<br>CALISTHENICS               |                             |
|                                      | 19>20<br>CALISTHENICS     |                                    |                           |                                    | 19>20<br>CALISTHENICS               |                             |
| #<br>3                               | 15>18<br>CORRETTIVA*      | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA*        | 15>18<br>CORRETTIVA*      | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA         | 15>18<br>CORRETTIVA*                | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA  |
|                                      | 18>19<br>FLEX & FUSION    | 14>20<br>POST<br>TRAUMATICA*       | 18>19<br>FLEX & FUSION    | 14>20<br>POST<br>TRAUMATICA*       |                                     |                             |
| #<br>P<br>I<br>S<br>C<br>I<br>N<br>A | 10.15>11.15<br>ACQUAGYM   | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA*        | 10.15>11.15<br>ACQUAGYM   | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA*        | 10.15>11.15<br>ACQUAGYM             | 9>13<br>POST<br>TRAUMATICA* |
|                                      | 15>16.30<br>CORRETTIVA*   | 14>20<br>POST<br>TRAUMATICA*       | 15>16.30<br>CORRETTIVA*   | 14>20<br>POST<br>TRAUMATICA*       | 15>16.30<br>CORRETTIVA*             |                             |
|                                      | 16.30>17.30<br>ACQUAGYM   |                                    | 16.30>17.30<br>ACQUAGYM   |                                    | 16.30>17.30<br>ACQUAGYM             |                             |