



#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

#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
# 1	9>10 CORPO LIBERO	9.30>10.30 POSTURALE	9>10 S.PILATES	9.30>10.30 POSTURALE	9>10 VERTEBRALE	10.30>11.30 GLT & UPPER
	13>14 MUSCLE DEFINITION	10.30>11.30 HATHA YOGA	13>14 FLEXABILITY	10.30>11.30 HATHA YOGA	13>14 GLT&ABS	
	17.30>18.30 DANCE FIT	13.15>14.15 BODY STRONG	17.30>18.30 DANCE FIT	13.15>14.15 CIRCUIT	18>18.30 GLT	
	18.30>19.30 TOTAL BODY	15.30>16.30 BODY SOFT	18.30>19.30 BODY TONE	15.30>16.30 BODY SOFT	18.30>19.30 CARDIO FORZA FLEX	
	20>21.30 TAEKWONDO*	16.30>17.30 VERTEBRALE	19.30>20 MOBILITY & STRETCHING	16.30>17.30 VERTEBRALE	19.30>21 TAEKWONDO*	
		17.30>18.30 S.PILATES	20>21.30 TAEKWONDO*	17.30>18.30 S.PILATES		
		18.30>19.15 GLT		18.30>19.15 GAG		
		19.15>20 UPPER & ABS		19.15>20 MUSCLE DEFINITION		
# 2	7.30>8.30 CALISTHENICS	13>14 CALISTHENICS	18>19 CALISTHENICS	13>14 CALISTHENICS	7.30>8.30 CALISTHENICS	
	18>19 CALISTHENICS	16.30>17.30 CALISTHENICS GO!	19>20 CALISTHENICS	16.30>17.30 CALISTHENICS GO!	18>19 CALISTHENICS	
	19>20 CALISTHENICS				19>20 CALISTHENICS	
# 3	15>18 CORRETTIVA*		15>18 CORRETTIVA*			
	18>19 FLEX & FUSION		18>19 FLEX & FUSION			
# PISCINA	10.15>11.15 ACQUAGYM		10.15>11.15 ACQUAGYM		10.15>11.15 ACQUAGYM	
	16>17 ACQUAGYM		17>18 ACQUAGYM		16>16.50 ACQUAGYM	
	17>18 ACQUAGYM				17>17.50 ACQUAGYM	
	*TUTTI I CORSI SONO SU PRENOTAZIONE TRAMITE APPLICAZIONE E POSSONO ESSERE SOGGETTI A MODIFICHE					