

CORSI FITNESS 2024

DAL 29 LUGLIO AL 9 AGOSTO



Tutti i corsi sono a prenotazione su app WellTeam o su sito internet www.seveninfinity.it

Per garantire la possibilità di allenamento a tutti i clienti è possibile prenotare massimo 2 corsi al giorno nella fascia oraria dell'abbonamento scelto.

Per ulteriori informazioni consulta il regolamento corsi consegnato in fase di iscrizione o richiedine una copia scrivendo a fitness@seveninfinity.it

Verifica la programmazione su APP.

PER FREQUENTARE I CORSI PORTA SEMPRE CON TE:

- 1 BOTTIGLIETTA D'ACQUA
- 2 ASCIUGAMANO
- 3 ABBIGLIAMENTO COMODO
- 4 SCARPE DA GINNASTICA

LUNEDÌ

GAG MARTINA 9.15 - 10.00 M
TOTAL BODY MARTINA 10.00 - 10.45 M
PILATES ANGELICA 10.50 - 11.35 B
UPPERBODY ANGELICA 17.45 - 18.30 M
PILATES ANGELICA 18.45 - 19.15 B
TOTAL BODY ANGELICA 19.20 - 20.25 M

MARTEDÌ

GAG SARA 17.15 - 18.00 M
CROSSCARDIO SARA 18.00 - 18.45 A
RUBBER TONE GAIA 18.50 - 19.35 M
KETTLEBELL GAIA 19.45 - 20.30 A

MERCOLEDÌ

CIRCUIT TRAINING MARTINA 9.15 - 10.00 M
ZUMBA MARTINA 10.00 - 10.45 M
LATINO MARTINA 10.50 - 11.35 M

GIOVEDÌ

CIRCUIT TRAINING ANGELICA 17.15 - 18.00 M
PILATES ANGELICA 18.00 - 18.45 B
TABATA GAIA 18.50 - 19.35 A
FITBOXE GAIA 19.45 - 20.30 M

VENERDÌ

GAG CLAUDIA 17.40 - 18.25 M
PUMP MARIKA 18.00 - 18.45 M
CLAUDIA 18.30 - 19.15 M
SPINNING MARIKA 19.10 - 20.00 A

SABATO

DOMENICA

AVVISO SOSPENSIONE CORSI:

DA SABATO 10 AGOSTO A DOMENICA 25 AGOSTO 2024

IL PLANNING POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI. VERIFICARE L'EFFETTIVA PROGRAMMAZIONE SETTIMANALE TRAMITE APP.