



FAST CLASS - VILLORBA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
7.30-8.15 PILATES	7.00-7.30 CROSS CIRCUIT	7.30-8.15 PILATES	7.00-7.30 CROSS CIRCUIT	7.00-7.30 FUNCTIONAL
			9.00-9.30 POSTURAL	
13.00-13.30 CROSS CIRCUIT	13.00-13.30 FUNCTIONAL	13.00-13.30 ABDOMINAL		13.00-13.30 CROSS CIRCUIT
18.30-19.00 ABDOMINAL	18.45-19.30 PILATES	18.30-19.00 ABDOMINAL	18.45-19.30 PILATES	18.00-18.30 H.I.I.T.
19.00-19.30 FUNCTIONAL	19.30-20.00 FUNCTIONAL	19.00-19.30 H.I.I.T.	19.30-20.00 FUNCTIONAL	

*la pianificazione potrebbe subire delle variazioni