

orario corsi

20.09.2021 - 26.09.2021

Palestra MyLife
Via Provinciale del Commercio 1/B
56030 Capannoli | PISA
0587 609988
info@palestramylife.it



lunedì 20.09.2021	martedì 21.09.2021	mercoledì 22.09.2021	giovedì 23.09.2021	venerdì 24.09.2021	sabato 25.09.2021	domenica 26.09.2021
<p>10:10 - 11:00 Ginnastica con meto... Alberto</p>	<p>09:10 - 10:00 Hatha Yoga Simone</p>	<p>10:10 - 11:00 Ginnastica Postural... Alberto</p>	<p>10:10 - 11:00 Zumba Fitness Sara</p>	<p>10:10 - 11:00 Ginnastica con meto... Alberto</p>	<p>09:10 - 10:00 Hatha Yoga Simone</p>	
<p>13:00 - 14:00 Spinning® Cecilia</p>	<p>10:10 - 11:00 Gag Martina</p>	<p>13:00 - 14:00 Spinning® Cecilia</p>	<p>13:00 - 13:50 Ginnastica con meto... Sara</p>	<p>13:00 - 13:50 Attività Funzionale... Mirko</p>		
<p>13:00 - 13:50 Body Pump Fitness Alberto</p>	<p>13:00 - 13:50 Time circuit Martina</p>	<p>13:00 - 13:50 Attività Funzionale... Alberto</p>	<p>18:00 - 18:50 Attività Funzionale... Mirko</p>	<p>16:45 - 17:35 Gag Sara</p>		
<p>17:45 - 18:35 Zumba Fitness Sara</p>	<p>18:00 - 18:50 Ginnastica per toni... Mirko</p>	<p>16:45 - 17:35 Body Pump Fitness Alberto</p>	<p>19:00 - 19:50 Ginnastica per toni... Mirko</p>	<p>17:45 - 18:35 Zumba Fitness Sara</p>		
<p>18:30 - 19:30 Spinning® Antonio</p>	<p>19:00 - 19:50 Attività Funzionale... Mirko</p>	<p>18:00 - 18:50 Ginnastica per toni... Alberto</p>	<p>19:15 - 20:15 Spinning® Antonio</p>	<p>18:45 - 19:35 Body Pump Fitness Sara</p>		
<p>18:45 - 19:35 Ginnastica con meto... Sara</p>	<p>19:30 - 20:30 Spinning® Daniele</p>	<p>19:00 - 19:50 Attività Funzionale... Alberto</p>		<p>19:30 - 20:30 Spinning® Daniele</p>		
<p>19:45 - 20:35 Zumba Fitness Sara</p>		<p>19:15 - 20:15 Spinning® Antonio</p>		<p>19:45 - 20:35 Zumba Fitness Sara</p>		
		<p>20:00 - 20:50 Ginnastica con meto... Alberto</p>				

■ Allenamento Funz...
 ■ Cardio
 ■ Mobilità - Respi...
 ■ Tonificazione

aggiornato il: 22.09.2021