

COLISEUM CENTER

PROGRAMMA CORSI 2020 - dal 19 Ottobre

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SAB/DOM
ORARI						
8.30 - 9.20	Ginnastica Dolce	♦ Rieducazione Posturale	Ginnastica Dolce	♦ Rieducazione Posturale	Ginnastica Dolce	
9.40-10.30	Ginnastica Dolce		Ginnastica Dolce		Ginnastica Dolce	
13.10 - 14.00	Cardio Total Body	Postural Tone	Cardio Upper Body		Cardio Lower Body	
17.00-17.50	♦ Fitness Teen	♦ Rieducazione Posturale	♦ Fitness Teen	♦ Rieducazione Posturale		
18.00-18.50	Cardio Total Body	Pilates	Cardio Upper Body	Pilates	Cardio Lower Body	
18.30-19.25		Hata Yoga			Hata Yoga	
19.10-20.00	Postural Tone		Functional	Cardio Lower Body		
19.20-20.10	Step Power	Spinning		Postural Tone	Step Cardio	

Corsi a pagæ ♦ (non compresi nell' abbonamento)

La Direzione si riserva la facoltà di modificare: orari di apertura/chiusura del centro, programma dei corsi e quello degli istruttori per motivi organizzativi

Coliseum Center _ Via G.B.Lulli 57, Modena TEL : 059/374364 -e-mail: info@coliseumcenter.it - sito internet: www.coliseumcenter.it