

LUNEDÌ				MARTEDÌ				MERCOLEDÌ			
SALA REHAB		SALA CORSI		SALA REHAB		SALA CORSI		SALA REHAB		SALA CORSI	
9:00 10:00	WELLNESS TRAINING			9:00 10:00	WELLNESS TRAINING			9:00 10:00	WELLNESS TRAINING		
10:00 11:00	RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO			10:00 11:00	WELLNESS TRAINING			10:15 11:15	NORDIC WALKING		
						11:00 12:00	GINNASTICA POSTURALE				
						12:45 13:45	ALLENAMENTO FUNZIONALE			14:30 15:30	POSTURAL PILATES
		17:15 18:00	PANCAFIT GROUP	17:15 18:00	CIRCUIT ADOLESCENTI					17:15 18:00	PANCAFIT GROUP
18:00 19:00	RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO	18:00 19:00	PREPUGILISTICA ADULTI	18:00 19:00	FITNESS TRAINING			18:00 19:00	RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO	18:00 19:00	GINNASTICA ANTALGICA
19:00 20:00	FITNESS TRAINING	19:00 20:00	ALLENAMENTO FUNZIONALE	19:00 20:00	FITNESS TRAINING	19:00 20:00	CIRCUIT ADOLESCENTI	19:00 20:00	FITNESS TRAINING	19:00 20:00	ALLENAMENTO FUNZIONALE
20:00 21:00	FITNESS TRAINING							20:00 21:00	FITNESS TRAINING		

GIOVEDÌ				VENERDÌ				SABATO	
SALA REHAB		SALA CORSI		SALA REHAB		SALA CORSI		SALA CORSI	
9:00 10:00	RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO			9:00 10:00	WELLNESS TRAINING				
10:00 11:00	RIEDUCAZIONE AL MOVIMENTO	11:00 12:00	GINNASTICA ANTALGICA	10:00 11:00	WELLNESS TRAINING				
		12:00 12:45	PANCAFIT GROUP			14:15 15:15	POSTURAL PILATES		
		12:45 13:45	ALLENAMENTO FUNZIONALE					12:30 13:30	GINNASTICA POST-PARTO
		15:15 16:15	GINNASTICA POSTURALE	17:15 18:00	CIRCUIT ADOLESCENTI	17:15 18:00	GINNASTICA CORRETTIVA (6-18 ANNI)		
18:00 19:00	FITNESS TRAINING	16:30 17:15	GIOCO MOTORIO BAMBINI 3-5	18:00 19:00	FITNESS TRAINING	18:00 19:00	GINNASTICA POSTURALE		
19:00 20:00	FITNESS TRAINING	17:15 18:00	GIOCO MOTORIO BAMBINI 6-8	19:00 20:00	FITNESS TRAINING	19:00 20:00	POSTURAL PILATES		
		20:30 21:30	POSTURAL PILATES						

INFO & PRENOTAZIONI

**ENERGY CENTER
VILLAGGIO AMICO****Tel.02 96 48 13 19**energycenter@villaggioamico.itwww.energycenter.online