

Programma corsi

Body e Mind

Cardio

Aerobica

Tonificazione

TUTTI I CORSI SONO SU PRENOTAZIONE

		7.00	8.00	9.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00	21.00	22.00
lunedì	SALA STUDIO 1			BackSchool Marina				B. Balance Jacque					Pilates Duccio	Grit Jacque			
	STUDIO 2			Body Tone Nicola	Pilates Nicola		Body Tone Nicola		Body Tone Carlo O.			GAG Carlo O.	Body Tone Carlo O.				
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling													G.Cycling Mario			
	STUDIO 5 easy			Zumba Miguel		GAG Miguel		Body Tone Carlo O.					B. Attack Jacque		Zumba Carlo O.		
martedì	STUDIO 1			Yoga Alex				Pilates Alex					Pilates Concetta	yoga Concetta			
	STUDIO 2			Body Tone Concetta					Pilates Alex				Body Tone Jacqueline	Grit Jacque			
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling			G.Cycling Duccio			G.Cycling Duccio							Cycling Luigi			
	STUDIO 5 easy			Aerodance Giorgio	Body Tone Giorgio		B. Attack Jacque			Yoga Alex				Step Barbara	GAG Barbara		
mercoledì	STUDIO 1			BackSchool Marina	Pilates Nicola										Yoga Lorenzo		
	STUDIO 2			Body Tone Barbara	Step Barbara	GAG Nicola	Circuit Barbara		B. Tone Concetta					B. Tone Jacqueline			
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling													G.Cycling Duccio			
	STUDIO 5 easy			Functional Lorenzo	Power Yoga Lorenzo		B. Tone Lorenzo			Yoga Dolce Concetta			Functional Lorenzo	TRX Lorenzo			
giovedì	STUDIO 1				Grit Mirko								Yoga Alex				
	STUDIO 2			Body Tone Nicola	Yoga Alex		B. Tone Nicola		Pilates Alex				Body Tone Carlo O.	Functional Carlo O.			
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling			G.Cycling Duccio			G.Cycling Duccio							Cycling Luigi			
	STUDIO 5 easy			Zumba Mirko	GAG Nicola					Yoga Alex			GAG Miguel	Zumba Miguel			
venerdì	STUDIO 1			BackSchool Marina	Yoga Giorgio									Pilates Concetta			
	STUDIO 2			GAG Giorgio	Zumba Carlo O.		B. Tone Sara		Body Tone Sara				Body Tone Romina		Yoga Concetta		
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling													G.Cycling Duccio			
	STUDIO 5 easy			Body Tone Carlo O.									GAG Romina				
sabato	STUDIO 1																
	STUDIO 2				Body Tone a rotazione												
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling			G. Cycling a rotazione		G. Cycling a rotazione											
	STUDIO 5 easy			Lezione a Rotazione													
domenica	STUDIO 1																
	STUDIO 2				Body Tone a rotazione												
	STUDIO 3																
	STUDIO 4 cycling			G. Cycling a rotazione		G. Cycling a rotazione											
	STUDIO 5 easy			Zumba a rotazione													

Valido dal 20 Luglio 2020

NUOVO CORONAVIRUS

Rispettare le distanze sociali

Non creare assembramento

Disinfettare le mani ogni volta possibile

Il centro rispetta le normative emanate dalla confederazione ed i suoi sviluppi

Si chiede il massimo rispetto delle regole per garantire la sicurezza di tutti.

planet
wellnessvillage.ch

Via Senago 17/a, 6912 Pazzallo
Tel +41 091 994 74 84
info@wellnessvillage.ch
www.wellnessvillage.ch