# LUNEDI

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| 07:30 tai chi Roberto | |
| 09:30 corpo libero Roberto | |
| 10:30 ginn. dolce Roberto | |
| 12:00 ginn. dolce Roberto | |
| 13:30 Body sculpt Francesco | |
| 16:00 G.A.G. Daniele | |
| 17:00 Inter. Training Daniele | 18:00 Strength Pilates Francesco |
| 18:00 body Combat Marcus | |
| 19:00 Body Sculp Marcus | |

# MARTEDI

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| 09:30 postural Stretching stefano | |
| 10:30 Strength pilates Francesco | |
| 17:45 G.A.G. (55') Mario | |
| | 18:45 Step III Mario |

# MERCOLEDI

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| 08:00 ginn. dolce Roberto | |
| 10:00 ginn. dolce Roberto | |
| | 13:30 Step Daniele |
| 17:30 pump Francesco | |
| 18:30 body Combat Marcus | 18:45 Strength pilates Francesco |
| 19:30 G.A.G. Marcus | |

# GIOVEDI

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| 10:00 postural Stretching Francesco | |
| 13:30 Insanity Francesco | |
| 14:30 Strength pilates Francesco | |
| 17:30 Total Body Marcus | |
| 18:30 G.A.G. Marcus | |

# VENERDI

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| 07:30 tai chi Roberto | |
| 10:00 ginn. dolce Roberto | |
| 11:30 corpo libero Roberto | |
| 15:00 Strength Pilates Francesco | |
| 17:30 FGC Mario | |
| 18:30 Total Body Andrea | 18:45 step III Mario |
| 19:30 Zumba Andrea | |

# SABATO

| SALA 2 | SALA 3 |
|---|---|
| | |

**ORARO CORSI DAL 02/08 AL 08/08**

# DOMENICA

| SALA 2 |
|---|
| |

LEGENDA CORSI

- TONIFICAZIONE
- AEROBICA
- SOFT
- FUNZIONALE
- COREO/BALLO
- HARMONY
- ARTI MARZIALI

# AREA FUNCTIONAL

TRX ALLENAMENTO IN SOSPENSIONE

SF SUPER FUNCTIONAL

## LUNEDI

## MARTEDI

## MERCOLEDI

## GIOVEDI

## VENERDI

# SALA INDOOR CYCLING

**LUNEDI**
07:15 Mina

**MARTEDI**
18:30 Mina

**MERCOLEDI**
07:15 Mina

**GIOVEDI**
13:10 Mina
18:45 Leonardo

**VENERDI**
18:45 Annalisa

**SABATO**
11:00 Mina

**DOMENICA**

*Il nuovo centro estetico e benessere ti aspetta!*

**329.869.8089**

CRISS
Estetica e Benessere

# ORARIO APERTURA

## GINNASTICA/ATTREZZISTICA

da Lunedì a Venerdì 07:00-23:00
Sabato 09:00-18:00
Domenica 09:00-14:00

## ISTRUTTORE ATTREZZI

da Lunedì a Venerdì 08:00-22:00
Sabato 10:00-14:00

TUTTI I SERVIZI SONO COMPRESI NELL'ABBONAMENTO

PER L'ISCRIZIONE È NECESSARIO IL CERTIFICATO MEDICO

PARCHEGGIO GRATUITO

FREE WIFI


BODY Line
My Fitness s.s.d. a r.l.

FIRENZE
Via dello Steccuto, 3A/r
055.42.22.629
055.41.00.59
WWW.BODYLINE.IT
INFO@BODYLINE.IT | INFO@MYFITNESS.SRL


BODY Line
My Fitness s.s.d. a r.l.

affiliata ACSI
FEDERAZIONE ITALIANA PESISTICA FIPE

# ORARIO CORSI