


SPORTING CLUB SASSUOLO

CORSI PALESTRA - DAL 1 OTTOBRE 2018

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
10:00					
10:30	SOFT - GYM 10.30 - 11.30	PILATES MATWORK 10.40 - 11.30	SOFT - GYM 10.30 - 11.30		
11:00					
11:30					
12:00					
12:30					
13:00	PILATES MATWORK 13.00 - 13.55	TRX 13.00 - 13.50	SPINNING 13.00 - 14.00	PILATES MATWORK 13.00 - 13.55	G.A.G 13.00 - 13.50
13:30					
14:00	PILATES MATWORK 14.10-15.10			PILATES MATWORK 14.10-15.10	G.A.G 14.00 - 14.50
14:30					
15:00					
15:30					
16:00					
16:30	ATLETICA SCUOLA TENNIS 15.15 - 19.00	ATLETICA SCUOLA TENNIS 15.00 - 19.00	ATLETICA SCUOLA TENNIS 15.00 - 19.00	ATLETICA SCUOLA TENNIS 15.15 - 19.00	ATLETICA SCUOLA TENNIS 15.00 - 19.00
17:00					
17:30					
18:00					
18:30					
19:00		G.A.G 19.10 - 20.00		TRX 19.10 - 20.00	
19:30					
20:00	PRESCIISTICA 20.15 - 21.15		PRESCIISTICA 20.15 - 21.15		
20:30					
21:00					

CINZIA PEDRIELLI	335 815 4915	SOFT - GYM	PRESCIISTICA
CRISTINA PIOVAN	339 625 8115	PILATES MAT - T.R.X.	
GIULIA CASINI	340 700 0192	G.A.G. - T.R.X	
ENRICO CHIODI	335 726 2185	SPINNING	

*I corsi potrebbero subire variazioni in relazione al numero dei partecipanti (al di sotto delle 4 presenze si valuterà)
Per eventuali richieste di disponibilità in giornate/orari diversi, invitiamo a contattare direttamente l'Istruttrice.*