

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ			
SALA 2	SALA 3	SALA 2	SALA 3	SALA 2	SALA 3	SALA 2	SALA 3	SALA 2	SALA 3		
ore 09.00 Aerobica e tonificazione BIANCA ••	ore 09.00 StarBene dolce ANDREA •	ore 09.00 StarBene dolce MARCO •	ore 09.00 Aerobica e tonificazione ANDREA ••		ore 09.00 Pilates GIORGIO •	ore 09.00 Aerobica e tonificazione BIANCA ••	ore 09.00 StarBene dolce ANDREA •	ore 09.00 StarBene dolce MARCO •	ore 09.00 Aerobica e tonificazione ANDREA ••		
ore 10.00 Pilates GIORGIO •		ore 10.15 StarBene dolce MARCO •	ore 10.00 Pilates FRANCESCA •					ore 10.15 StarBene dolce MARCO •	ore 10.00 Pilates FRANCESCA •		
			ore 13.15 Aerobica e tonificazione FRANCESCA ••						ore 13.15 Aerobica e tonificazione FRANCESCA ••		
	ore 15.15 StarBene dolce MARCO •						ore 15.15 StarBene dolce MARCO •				
ore 17.30 Aerobica e tonificazione ANDREA ••		ore 17.30 M.E.T. Tone System BIANCA ••				ore 17.30 Aerobica e tonificazione ANDREA ••		ore 17.30 M.E.T. Tone System BIANCA ••			
ore 18.30 Aerobica e tonificazione CRISTINA ••	ore 18.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••	ore 18.30 M.E.T. Tone System BIANCA ••	ore 18.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••		ore 18.00 Pilates FRANCESCA •	ore 18.30 Aerobica e tonificazione CRISTINA ••	ore 18.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••	ore 18.30 M.E.T. Tone System BIANCA ••	ore 18.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••		
ore 19.30 Aerobica e tonificazione CRISTINA ••	ore 19.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••	ore 19.30 GAG CRISTINA ••	ore 19.00 Tonic circuit GIORGIO •••		ore 19.00 Cardio aerobica FRANCESCA •••	ore 19.30 Aerobica e tonificazione CRISTINA ••	ore 19.00 Aerobica e tonificazione ARTURO •••	ore 19.30 GAG CRISTINA ••	ore 19.00 Tonic circuit GIORGIO •••		
	ore 20.15 Aerobica e tonificazione ROBERTO ••		ore 20.00 Pilates GIORGIO ••		ore 20.00 Power yoga stretch&relax GIORGIO •		ore 20.15 Aerobica e tonificazione ROBERTO ••		ore 20.00 Pilates GIORGIO ••		
LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		DOMENICA	
ore 20.00 Spinning LUCA		ore 19.30 Spinning LUCA		ore 19.00 Spinning ARTURO		ore 20.00 Spinning LUCA		ore 19.30 Spinning DEMETRIO		ore 10.30 Spinning ARTURO	

LEGENDA:

- Livello base
- Livello medio
- Livello alto

Personal Group > anche in gruppo desideriamo dare forma al tuo essere unico!

Ronchi dei Legionari (Go)
Via G. D'Annunzio, 80
Tel. 0481 776325 / 777311
www.starbenepalestre.com

