

# AREA4 POWER - orario provvisorio

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
08:45-09:45	<b>BODYPUMP</b>					
9:00-10:00						<b>WONDER BODY LIDIA</b>
11:00-12:00						<b>POWER STEP (BEATRICE)</b>
13:15-14:15		<b>BODYPUMP</b>		<b>BODYPUMP</b>	<b>WONDER BODY LIDIA</b>	
17:00-18:00		<b>KICK BOXING BAMBINI</b>		<b>KICK BOXING BAMBINI</b>		
18:00-19:00	<b>TABATA</b>	<b>FUNZIONALE (ERNESTO)</b>	<b>WONDER BODY LIDIA</b>	<b>FUNZIONALE (ERNESTO)</b>	<b>MIX PUMP TABATA</b>	
19:00-20:00	<b>BODYPUMP</b>	<b>30' CIRCUIT TRAINING</b>	<b>WONDER BODY LIDIA</b>	<b>30' CIRCUIT TRAINING</b>	<b>TABATA</b>	
20:00-22:00	<b>KICKBOXING</b>	19:30-20:30 <b>POWER STEP (BEATRICE)</b> 20:15-21:15 <b>TOTAL BODY (BEATRICE)</b>	<b>KICKBOXING</b>	19:30-20:30 <b>POWER STEP (BEATRICE)</b>	<b>KICKBOXING</b>	

\*Richiesta prenotazione in segreteria o su whatsapp

Tel. 075 850 7057 +39 353 4269855 - info@area4gym.it

