

OPEN WEEKS

CORSI ADULTI e RAGAZZI

2017 SETTEMBRE



INFO orari e lezioni prova sul retro

ORARIO CORSI SETTEMBRE OPEN WEEKS

LUNEDÌ 18 e 25 SETTEMBRE

09.15/10.15	STEP
12.45/13.45	TONE UP
18.15/19.00	AEROBICA
19.00/19.30	G.A.G.
18.30/19.30	ZUMBA
18.30/19.30	PILATES
19.30/20.45	KICK BOXING
19.30/20.30	FUNKY JAZZ
19.30/20.30	FUNCTIONAL PROGRAM *
20.30/21.45	YOGA

MARTEDÌ 19 e 26 SETTEMBRE

09.15/10.15	GINNASTICA DOLCE
18.10/18.40	CIRCUIT TONE
18.40/19.10	BOXING BAG
18.30/19.30	SOFT TONE
19.15/20.15	STEP TONE
19.30/21.00	DANZA MODERN JAZZ
19.15/20.30	DANZA DEL VENTRE
20.30/21.30	FIT BOXE
20.30/21.30	TAI CHI CH'UAN
21.30/22.30	KUNG FU SHAOLIN

MERCOLEDÌ 20 e 27 SETTEMBRE

09.30/10.30	PILASTRECH
18.30/19.00	AEROBICA
19.00/19.30	G.A.G.
18.30/19.30	PILATES
19.30/21.00	CORSO TEATRO
19.30/20.30	PILATES BASE
19.30/20.45	REAL COMBAT
20.30/21.30	FUNCTIONAL PROGRAM *

GIOVEDÌ 21 e 28 SETTEMBRE

09.15/10.15	CORPO LIBERO
12.45/13.45	TONE UP
18.10/18.40	CIRCUIT TONE
18.40/19.10	BOXING BAG
18.30/19.30	ZUMBA
19.15/20.15	FITBALL-TONIC
19.30/20.45	KICK BOXING
20.00/21.30	YOGA
20.30/21.30	FIT BOXE

VENERDÌ 22 e 29 SETTEMBRE

09.15/10.15	GINNASTICA DOLCE
09.30/10.30	PILASTRECH
18.30/19.30	SOFT TONE
19.30/21.00	DANZA MODERN JAZZ
20.00/21.15	REAL COMBAT
20.30/21.30	TAI CHI CH'UAN
21.30/22.30	KUNG FU SHAOLIN

SABATO 23 e 30 SETTEMBRE

10.30/11.30	MEDITAZIONE ZEN *
-------------	-------------------

* LE NOSTRE NEWS PER IL 2017/18

ORARIO SALA ATTREZZI SETTEMBRE OPEN DAYS

LUNEDÌ/VENERDÌ 09.00 - 14.00 / 15.30 - 22.00

SABATO 10.00 - 17.00

Fatti ispirare... scegli tra le attività quelle che più ti piacciono e vieni a provarle senza impegno nei giorni ed orari indicati, se vieni in compagnia di un amico per entrambi sconti esclusivi. Per motivi organizzativi è preferibile prenotare le lezioni di prova.

PALESTRA  GALLARATESE

Via Pegoraro, 1 GALLARATE - 0331.792.164 - 334.60.13.393
www.palestragallaratese.it - info@palestragallaratese.it