



# OUTDOOR

GO OUT AND TRAIN

**ORARI IN VIGORE DAL 14 GIUGNO AL 30 SETTEMBRE 2021**

**Nel mese di Agosto orari ridotti**

## FITNESS OUTDOOR

Tutti i corsi si svolgono all'aperto e verranno sospesi in caso di maltempo. Gli spogliatoi non sono agibili.

Orari e istruttori potrebbero subire variazioni. Obbligo di prenotazione <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su App Well Team.

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00						<b>GAGAGOGO</b> marco g
11:00						<b>POSTURAL</b> marco g
12:00						<b>YOGA</b> elisa
18:00	<b>GAGAGOGO</b> marco				<b>TOTAL BODY</b> giulia	
19:00		<b>WIP</b> marco m		<b>WIP</b> marco m		

## GYMFLOOR OUTDOOR

Allenati in completa sicurezza nella nostra gym floor allestita sotto la tensostruttura all'aperto

Tutte le sessioni di allenamento devono essere prenotate sul sito <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su App Well Team.

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO E DOMENICA
<b>09:00-21:00</b>	<b>09:00-21:00</b>	<b>09:00-21:00</b>	<b>09:00-21:00</b>	<b>09:00-21:00</b>	<b>10.00-14.00</b>



## ORARI IN VIGORE DAL 14 GIUGNO AL 30 SETTEMBRE 2021

Nel mese di Agosto orari ridotti

### FITNESS INDOOR

Tutti i corsi si svolgono all'aperto e verranno sospesi in caso di maltempo. Orari e istruttori potrebbero subire variazioni. Obbligo di prenotazione <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su App Well Team. Spogliatoi agibili su prenotazione.

	LUNEDÌ	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
09:00	<b>PILATES</b> tiziana					
10:00	<b>TONE</b> tiziana			<b>PILATES</b> tiziana		
11:00		<b>CIRCUIT TRAINING</b> fabio		<b>TONE</b> tiziana		
12:00						
13:00		<b>FATBURNING</b> fabio		<b>GAG</b> tiziana		
18:00		<b>FATBURNING</b> tiziana	<b>CIRCUIT TRAINING</b> fabio	<b>POSTURAL</b> marco g		
19:00	<b>TABATA</b> marco				<b>ZUMBA</b> denise	

### GYMFLOOR INDOOR

Allenati in completa sicurezza nella nostra gym floor allestita sotto la tensostruttura all'aperto

Tutte le sessioni di allenamento devono essere prenotate sul sito <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su App Well Team.

LUNEDÌ	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO E DOMENICA
<b>09:30 - 14:30</b> <b>17:30 - 20:30</b>	<b>10.00-14.00</b> <b>OUTDOOR</b>				

# Sisport On Demand



Lezioni in diretta e streaming sulla pagina Facebook "Sisport on Demand"  
<https://www.facebook.com/groups/379793429871264>

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
10:00		CIRCUIT TRAINING	POSTURAL	GAG	PILATES		
11:00	TONE					YOGA	
13:00	FATBURNING		JOLLY CLASS		BODY BALANCE		
19:00	POSTURAL	GAGAGOGO	EXTREME	TOTAL BODY	TABATA		
20:00			YOGA				

Abbonamenti [www.sisport.life](http://www.sisport.life) Info e contatti: [sisport@fcagroup.com](mailto:sisport@fcagroup.com)