



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	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
11:00						SUPER TONE Daniele
17:00		POWER HIIT Arianna		TRAINING REV Giulia		
18:00	GAG Fabio		FATBURNING Arianna		FATBURNING Arianna	

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	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	10.00-14.00	10.00-14.00	10.00-14.00	10.00-14.00	10.00-14.00	10.00-14.00
	16.00-20.00	16.00-20.00	16.00-20.00	16.00-20.00	16.00-20.00	

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	TONE	CIRCUIT TRAINING	PILATES	GAG	POSTURAL		
11:00						YOGA	SUNDAY LESSON
13:00	FATBURNING		JOLLY CLASS		BODY BALANCE		
19:00	POSTURAL	GAGAGOGO	EXTREME	TOTAL BODY	TABATA		
20:00			YOGA				

Abbonamenti www.sisport.life **Info e contatti:** sisportsettimo@fcagroup.com