

# PROGRAMMA ATTIVITÀ ONLINE DAL 22/02/2021 AL 28/02/2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
<b>8.30 - 9.30</b> <b>TONIFICAZIONE</b> Claudia	<b>10.00 - 11.00</b> <b>GINN. PER IL BENESSERE</b> Mariateresa		<b>10.00 - 11.00</b> <b>GINN. PER IL BENESSERE</b> Mariateresa
<b>11.00 - 12.00</b> <b>AEQUILIBRIUM PILATES</b> Claudia		<b>11.00 - 12.00</b> <b>AEQUILIBRIUM PILATES</b> Claudia	
	<b>19.00 - 19.45</b> <b>TONIFICAZIONE ( Tabata)</b> Fabrizio	<b>18.00 - 18.45</b> <b>TONIFICAZIONE (Tabata)</b> Fabrizio	<b>19.00 - 19.45</b> <b>AEQUILIBRIUM POSTURALE</b> Fabrizio
Venerdì	Sabato		
<b>11.00 - 12.00</b> <b>G.A.G.</b> Claudia	<b>9.00 - 10.00</b> <b>AEQUILIBRIUM PILATES</b> Fabrizio		



*Contatta la segreteria per tutte le info e richiedi  
l'iscrizione al gruppo Facebook riservato @weareymcaprime*

*Questo planning riguarda attività ginnico motorie finalizzate alla salute e al benessere*

Planning soggetto a variazioni

## ORARIO IMPIANTO

Dal Lunedì al Venerdì dalle 8.30 alle 21.30

Sabato e Domenica dalle 9.00 alle 20.00



**PER INFO E DETTAGLI**

Tel. 06 52 90 197 · Email. [info@ymcasportclub.it](mailto:info@ymcasportclub.it)

[www.ymcasportclub.it](http://www.ymcasportclub.it)