

PROGRAMMA ATTIVITÀ SALA C (THE BOX) FINO AL 3 LUGLIO 2022 (IN FASE DI DEFINIZIONE)



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	13.10 - 14.10 CROSS CARDIO Francesco		13.10 - 14.10 CROSS CARDIO Francesco		10.30 - 12.00 CALISTHENICS Walter
16.30 - 18.00 CALISTHENICS Gianpaolo		16.30 - 18.00 CALISTHENICS Gianpaolo		16.30 - 18.00 CALISTHENICS Gianpaolo	12.00 - 13.30 CALISTHENICS Walter
18.00 - 19.30 CALISTHENICS Gianpaolo	18.00 - 19.30 CALISTHENICS Walter	18.00 - 19.30 CALISTHENICS Gianpaolo	18.00 - 19.30 CALISTHENICS Walter	18.00 - 19.30 CALISTHENICS Gianpaolo	
19.35 - 20.35 CIRCUIT TRAINING Francesco	19.30 - 21.00 CALISTHENICS Walter	19.35 - 20.35 CIRCUIT TRAINING Francesco	19.30 - 21.00 CALISTHENICS Walter	19.35 - 20.35 CIRCUIT TRAINING Francesco	
20.35 - 21.35 CIRCUIT TRAINING Francesco		20.35 - 21.35 CIRCUIT TRAINING Francesco		20.35 - 21.35 CIRCUIT TRAINING Francesco	

Questo planning riguarda attività ginnico motorie finalizzate alla salute e al benessere | Planning soggetto a variazioni
Ti invitiamo a leggere le linee guida e i protocolli per l'accesso presenti sul nostro sito



ORARIO DEL CENTRO SPORTIVO

Dal Lunedì al Venerdì dalle 7.00 alle 22.30

Sabato e Domenica dalle 8.30 alle 20.00

PER INFO E DETTAGLI

Tel. 06 52 90 197 · Email. info@ymcasportclub.it

www.ymcasportclub.it