



via Fornace – 60 41053 Maranello (MO)

tel. 0536/940228 – fax 0536/932420

C.F. 93005590364 – P.IVA 02206290369

[www.polisportiva-maranello.it](http://www.polisportiva-maranello.it)

[info@polisportiva-maranello.com](mailto:info@polisportiva-maranello.com)

# PALESTRA FITNESS

Orari in vigore dal 16 settembre 2019

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9.00 -9.50 (Cecilia) GINNASTICA POSTURALE METODO PILATES	9.00 – 9.50 (Cecilia) CORPO LIBERO	9.00 -9.50 (Cecilia) GINNASTICA POSTURALE METODO PILATES			
13.00-13.50 (Irene) FUNCTIONAL		12.50 - 13.40 (Cecilia) TOTAL BODY		12.50 – 13.40 (Chiara) GINNASTICA POSTURALE METODO PILATES <b>*da ottobre</b>	
					14.30-15.30 (Irene) PUMP
17.20 – 18.10 (Irene) PUMP		17.20 – 18.10 (Daniela) PUMP		17.30 – 18.20 (Irene) TONIFICAZIONE	
18.15 – 19.05 (Irene) TONIFICAZIONE	18.15 – 19.05 (Chiara) TOTAL BODY	18.15 – 19.05 (Daniela) G.A.G.	18.15 – 19.05 (Chiara) STEP	18.30 – 19.20 (Irene) TOTAL BODY	
19.10 – 20.00 (Irene) ALLENAMENTO FUNZIONALE	19.10 – 20.00 (Chiara) GINNASTICA POSTURALE METODO PILATES		19.10 – 20.00 (Chiara) GINNASTICA POSTURALE METODO PILATES		
20.10-21.00 (Cecilia) X TEMPO	20.10-21.00 (Debora) CORPO LIBERO E ATTREZZI		20.10-21.00 (Debora) CORPO LIBERO E ATTREZZI		

Ingresso consentito con il badge

**INGRESSO riservato ai SOCI con CERTIFICATO MEDICO e TESSERA in corso di validità**