



via f.sco de mura, 15
www.vfit.it - tel. 081-3723219

La tessera V.FIT è la tua chiave d'accesso
Portala sempre con te
Orario in vigore dal 01/01/2018

Orario di apertura del Club

Lunedì-Venerdì	07.15	23.00
Sabato	08.00	19.00
Domenica	09.30	13.00

ORA	LUNEDI			MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 3
9:30				INTRODUZIONE AI CORSI 10:00 PAOLO 30'									
10:30	ANTISTRESS da figli Funct. STEFY			ANTISTRESS da marito TRX G.CARLO	VIAGGIA CON LA MENTE G.Cycling NICO	LO SCALINO Step & Tone G. CARLO 10:45		IL TUO TEMPO Corpo Libero MAX	PEDALA X TE G. CYCLING NICO	DIVERTITI AEROBICA PAOLO			
11:00										ANTISTRESS DA PAOLO G.A.G. MAX 30'			
14:00	SALI SULLO SCALINO STEP PAOLO		DIMENTICA IL LAVORO OMNIA MAX 30'	ANTIISTRESS da colleghi lav. Funct. PAOLO	ESPLORA NUOVE METE G.Cycling NICO	METTICI IL CUORE C. Tone Max		LA TUA PAUSA Tone G.CARLO	VIAGGIA CON LA MENTE G.Cycling NICO	DIMENTICA IL CAPO Funct. MAX			
17:30							INTRODUZIONE AI CORSI PAOLO 30'						
18:00	AEROBICA MAX			TONE ROBERTA	PEDALA X TE G. CYCLING NICO 18:30	STEP PAOLO		TONE ROBERTA	PEDALA X TE G. CYCLING NICO 18:30	CARDIO TONE G.CARLO			
19:00	TRX & STRETCH PAOLO	PEDALA X TE G. CYCLING PAOLA		FUSION FRANCESCA Av.to 19:15	PEDALA X TE G. CYCLING NICO 19:30	G.A.G. TRX MAX	PEDALA X TE G. CYCLING PAOLA	FUSION FRANCESCA Av.to 19:15	PEDALA X TE G. CYCLING NICO 19:30	AEROBICA PAOLO			
20:00	CARDIO TONE G. Carlo					IL TUO TEMPO PILATES STEFANIA				IL TUO TEMPO PILATES STEFANIA			

ELENCO DEI CORSI INCLUSI NEGLI ABBONAMENTI CON ACCESSO LIBERO

SCARICA L'APP MYWELLNESS DI TECHNOGYM PER ESSERE CONNESSO CON V.FIT

SMALL GROUP TRX (make your body your machine)

LE LEZIONI DI CYCLING E OMNIA POSSONO ESSERE PRENOTATE ATTRAVERSO APP

SU RICHIESTA PT SMALL GROUP : OMNIA - MEDICAL FIT - PILATES - FUNCTIONAL - CYCLING

LA DIREZIONE SI RISERVA DI MODIFICARE CORSI ED ORARI



via f.sco de mura, 15
www.vfit.it - tel. 081-3723219

La tessera V.FIT è la tua chiave d'accesso
Portala sempre con te
Orario in vigore dal 01/01/2018 "corsi a numero chiuso"

Orario di apertura del Club

Lunedì-Venerdì	07.15	23.00
Sabato	08.00	19.00
Domenica	09.30	13.00

ORA	LUNEDI			MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 3
9:30	PILATES STEFANIA 09:15 €			PILATES STEFANIA 09:15 €		PILATES STEFANIA 09:15 €		PILATES STEFANIA 09:15 €					
10:30													
11:30					FELDENKRAIS ROSA SALA 3 €				FELDENKRAIS ROSA SALA 3 €				
15:00	DANZA € ROBERTA			DANZA € ROBERTA		DANZA € ROBERTA		DANZA € ROBERTA		DANZA € ROBERTA		DANZA € ROBERTA	
17:00					PILATES STEFANIA SALA 3 €				PILATES STEFANIA SALA 3 €				
18:00					PILATES STEFANIA SALA 3 €				PILATES STEFANIA SALA 3 €				
19:00					PILATES STEFANIA SALA 3 €				PILATES STEFANIA SALA 3 €				
21:00	BALLI CARAIBICI € GABRIELLA			CAPOEIRA € DARIO		DANZA € ROBERTA		CAPOEIRA € DARIO		BALLI CARAIBICI € GABRIELLA			

€ = ELENCO DEI CORSI A NUMERO CHIUSO CON POSTI RISERVATI E PAGAMENTO A PARTE

SCARICA L'APP MYWELLNESS DI TECHNOGYM PER ESSERE CONNESSO CON V.FIT

SMALL GROUP TRX (make your body your machine)

LE LEZIONI DI CYCLING E OMNIA POSSONO ESSERE PRENOTATE ATTRAVERSO APP

SU RICHIESTA PT SMALL GROUP : OMNIA - MEDICAL FIT - PILATES - FUNCTIONAL - CYCLING

LA DIREZIONE SI RISERVA DI MODIFICARE CORSI ED ORARI

