



Con voi dal 1984

ORARIO FITNESS

ORARIO AQUAGYM

ORARIO DEFINITIVO VALIDO DAL 14/09/2020

LUNEDI'

MARTEDI'

MERCOLEDI'

GIOVEDI'

VENERDI'

SABATO

	08:00 HATHA YOGA*		08:00 HATHA YOGA*		
09:30 PILATES*	10:00 AQUA GYM*	09:30 PILATES*	10:00 AQUA GYM*	09:30 PILATES*	
10:30 TOTAL BODY* AQUA GYM*	10:30 ED. POSTURALE*	10:30 TOTAL BODY* AQUA GYM*	10:30 ED POSTURALE*	10:30 TOTAL BODY* AQUA GYM*	
13:30 EVOLUTION PUMP* AQUA FIT*	13:30 HIIT* AQUA SLIM*	13:30 EVOLUTION PUMP* AQUA FIT*	13:30 HIIT* AQUA SLIM*	13:30 EVOLUTION PUMP* AQUA FIT*	
17:15 AQUA GYM*	17:15 AQUA FIT*	17:15 AQUA GYM*	17:15 AQUA FIT*	17:15 AQUA GYM*	
	17:30 MOBILITY STRETCHING*		17:30 MOBILITY STRETCHING*		
18:00 PILATES AVANZATO*	18:00 PILATES BASE*	18:00 PILATES AVANZATO*	18:00 PILATES BASE*	18:00 PILATES AVANZATO*	
18:30 AQUA SLIM*	18:30 AQUA MIX*	18:30 AQUA SNAKE*	18:30 AQUA MIX*	18:30 AQUA SLIM*	
19:00 CARDIO COMBAT*	19:00 GAG*	19:00 CARDIO COMBAT*	19:00 TOTAL FIT*	19:00 CARDIO COMBAT*	
19:45 AQUA TABATA*	19:45 AQUA TONIC*	19:45 AQUA CIRCUITO*	19:30 AQUA TONIC*	19:45 AQUA TABATA*	
20:00 POWER PUMP*	20:00 HAMAZON*	20:00 POWER PUMP*	20:00 HAMAZON*	20:00 POWER PUMP*	
21:00 GAG*	21:00 FIT BOXE*	21:00 TOTAL FIT*	21:00 FIT BOXE*	21:00 GAG*	

13:30 FUNCTIONAL
TRAINING*
AQUA CIRCUITO*

* Rif. delibera del Consiglio Nazionale CONI n. 1569 del 10/05/17:
sport ginnastica (35) disciplina G.F.S.F. (111) sport pesistica (63) disciplina cultura fisica (217)

Well Back System*

LUN	MAR	MER	GIO	VEN
08.45		08.45		08.45
	10.00		10.00	
17.00		17.00		17.00

Calisthenics*

LUNEDI'	19.30
MERCOLEDI'	19.30
VENERDI'	19.30

Orario di apertura:

lunedì – venerdì	7.00-22.30
sabato	8.30-20.00
domenica	8.30-13.00

Contatti:

palestra e piscina:	050. 500 029
cellulare:	349. 314 4553

FB: facebook.com/bodycenterpisa

e-mail: info@bodycenterpisa.it

sito web: www.bodycenterpisa.it