



ORARIO FITNESS DAL 8 AL 14 MARZO 2021

▶ Lezione con attrezzi EasyFit

H/D	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SABATO	DOMENICA
10.30		PILATES Susanna S.	YOGA Emanuela C.	PANCAFIT Gianluca Z.	GAG M.Grazia C.	PILATES Cinzia M.	
					VINYASA YOGA Sara R q .		
11.00	TOTAL BODY Valeria M.		PILATES Roberta	GAG Valentina B.			TOTAL BODY Valeria M.
	PILATES Claudio F.	FUNZIONALE Bruno C.		CIRCUIT TRAINING Michele R.		FUNZIONALE Bruno C.	
11.15			BODY PUMP Monica D.I.				
11.30						ZUMBA TONE Valeria M.	
12.00		PILATES Gorgio I.		GAG Fabrizio D.Z.	YOGA Elisabetta	TOTAL BODY Nicoletta D.S.	
						BODYPUMP Bruno C.	
12.15			FUNZIONALE Luca R.				
13.15	FUNZIONALE Fabrizio C.		PILATES Cinzia M.		TABATA Federica I.		
			TABATA Claudio F.	INTERVAL TRAINING Marco M.	PILATES Claudio F.		
13.30	FUNCTIONAL TRAINING Valerio D.C.						
16.15			TOTAL BODY M.Grazia C.				
17.00	BODY PUMP Elena A.						

P. Papillo / Club Boccea
(v. Vezio Crisafulli, 127)

V. Pamphili / Club Trastevere
(v. Vitellia, 102 al ViviBistrot)

V. Pamphili / Club Trastevere
(Porta San Pancrazio)

Giardino / Club C. Monastero
(v.le Torre di Pratolungo, 19)

V. Guglielmi / Club Fiumicino
(via di Villa Guglielmi)

COME PARTECIPARE



Per **prenotare** accedi sull'applicazione **WELLTEAM** e ricarica il borsellino di **5€ a lezione**.



Per **partecipare** si consiglia di portare il proprio **tappetino**, un **telo asciugamano**, una **bottiglia d'acqua** e un **cambio**.



In caso di **maltempo** la lezione **non si svolgerà** e il **credito** potrà essere utilizzato per un nuovo appuntamento.

DOVE PARTECIPARE



TRASTEVERE - Villa Doria Pamphili - 2 ritrovi:
porta S.Pancrazio e via Vitellia 102 (al Vivi Bistrot).



FIUMICINO - Parco secolare di Villa Guglielmi:
via di Villa Guglielmi



CASAL MONASTERO - parco del Club EasyFit:
Viale della Torre di Pratolungo, 19



BOCCEA - Parco Papillo: via Vezio Crisafulli 127