



PALINSESTO BODY STUDIO CITY CENTER

attività sportiva dilettantistica finalizzata alla salute e al fitness

LUNEDÌ			MARTEDÌ			MERCOLEDÌ			GIOVEDÌ			VENERDÌ			SABATO	
SALA 1	SALA 3	SALA 4	SALA 1	SALA 3	SALA 4	SALA 1	SALA 3	SALA 4	SALA 1	SALA 3	SALA 4	SALA 1	SALA 3	SALA 4	SALA 3	SALA
8:30 PILATES LUCIA DAMIANO	7:00 GROUP CYCLING DINO VITELLO					8:30 PILATES LUCIA DAMIANO	7:00 GROUP CYCLING DINO VITELLO					8:30 PILATES LUCIA DAMIANO	7:00 GROUP CYCLING DINO VITELLO			
10:00 METABOLIC TRAINING STEFANIA PELUSO			9:00 GINNASTICA POSTURALE MARCELLO GRECO			10:00 FUNCTIONAL TEAMBEATS STEFANIA STAGNITTA			9:00 GINNASTICA POSTURALE MARCELLO GRECO			10:00 HOT BODY TRAINING STEFANIA STAGNITTA			10:00 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA	11:15 YOGA GIULIA GRILLETTI
													13:30 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA		11:00 GROUP CYCLING ALESSANDRO SCIANDRELLO	
13:30 BODY STUDIO CARDIO STEFANIA PELUSO	13:30 GROUP CYCLING STEFANIA STONITTA	13:30 YOGILATES EMANUEL VETRO	13:30 BODY STUDIO FUNCTIONAL GABRIELA GONZALEZ	13:30 GROUP CYCLING DINO VIRELLO	13:30 PILATES VALENTINA LA CORTE	13:30 BODY STUDIO PUMP STEFANIA STAGNITTA	13:30 BODY FLYING BASE GIULIA GRILLETTI	13:30 POWER YOGA EMANUEL VETRO	13:30 FUNCTIONAL TRAINING GABRIELA GONZALEZ	13:30 GROUP CYCLING DINO VITELLO	13:30 PILATES VALENTINA LA CORTE	13:30 BODY STUDIO FUNCTIONAL STEFANIA STAGNITTA	13:30 BODY FLYING BASE GIULIA GRILLETTI	13:30 POWER YOGA FLOW EMANUEL VETRO		
	14:45 BODY FLYING TRAINING Emanuel Vetro			16:00 KARATE 5-9 ANNI Maurizio Profeta						16:00 KARATE 5-9 Maurizio Profeta						
17:00 RITMICA 6 ANNI +	16:50 AMACA DINAMICA 10 ANNI +	17:00 YOGA GIULIA GRILLETTI	18:00 ZUMBA PIERO SAMMARCO	17:00 KARATE 9 ANNI + Maurizio Profeta	17:00 BODY STUDIO FLEX CRISTIAN PANDOLFO	17:00 RITMICA 6 ANNI +	16:50 AMACA DINAMICA 10 ANNI +	17:00 YOGA BASIC GIULIA GRILLETTI	18:00 ZUMBA PIERO SAMMARCO	17:00 KARATE 9 ANNI + Maurizio Profeta	17:00 YOGA GIULIA GRILLETTI					
18:00 BODY STUDIO CARDIO PIERO PAESANO	18:00 KICK 9-12 ANNI PAOLO MORDINO	18:00 YOGA VS PILATES EMANUEL VETRO	19:00 SPARTAN CROSS TRAINING CLAUDIO BENTIVENGA	18:20 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA	18:00 YOGA GIULIA GRILLETTI	18:00 BODY STUDIO CARDIO&TONO PIERO PAESANO	18:00 KICK 9-13 ANNI PAOLO MORDINO	18:00 POWER YOGA GIULIA GRILLETTI	19:00 SPARTAN CROSS TRAINING CLAUDIO BENTIVENGA	18:20 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA	18:00 YOGA GIULIA GRILLETTI	18:00 BODY STUDIO CARDIO&TONO PIERO PAESANO	18:00 KICK 9-12 ANNI PAOLO MORDINO	18:00 YOGA BASIC GIULIA GRILLETTI		
19:00 BODY STUDIO CARDIO GABRIELA GONZALEZ	19:20 KICK 14 ANNI+ PAOLO MORDINO	19:00 POWER YOGA FLOW EMANUEL VETRO		19:20 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA	19:00 COMBO JUMP ROBERTA MASSIMINO	19:00 BODY STUDIO PUMP GABRIELA GONZALEZ	19:15 KICK AVANZATO PAOLO MORDINO	19:00 POWER YOGA EMANUEL VETRO		19:20 GROUP CYCLING STEFANIA STAGNITTA	19:00 ZUMBA FITNES ROBERTA MASSIMINO	19:00 BODY STUDIO FUNCTIONAL TEAMBEATS GABRIELA GONZALEZ	19:20 KICK 14 ANNI+ PAOLO MORDINO	19:00 YOGILATES EMANUEL VETRO		
				20:30 CARAIBICO AVANZATO PIERO SAMMARCO	20:00 CARAIBICO BASE PIERO SAMMARCO					20:30 CARAIBICO AVANZATO PIERO SAMMARCO	20:00 CARAIBICO BASE PIERO SAMMARCO					
				21:30 CARAIBICO COREOGRAFICO PIERO SAMMARCO						21:30 CARAIBICO COREOGRAFICO PIERO SAMMARCO						

CATEGORIE:

OLISTICO

CARDIO

PUMP

SCUOLE

BALLO

LOTTA

CYCLING