



CHAMPIONSRIVER

PROGRAMMA CORSI STAGIONE 2023-2024

ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI		GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA	
9:00	TOTAL BODY MONICA	PILATES CHIARA	GLUTEO TOP IVAN		PILATES CHIARA	TOTAL BODY MONICA			
10:00	PILATES MONICA	AFA CHIARA			AFA CHIARA	PILATES MONICA	CORSO FANTASY		
11:00		AFA CHIARA			AFA CHIARA			CORSO FANTASY	
12:00									
13:00	FUNZIONALE TIBERIO	PILATES CHIARA	FUNZIONALE TIBERIO		PILATES CHIARA	GLUTEO TOP IVAN sala fitness		CHIUSA	
14:00									
15:00	POSTURALE ALE	AFA CHIARA	POSTURALE TANIA		AFA CHIARA	POSTURALE TANIA			
16:00	CALI JUNIOR IVAN	AFA CHIARA	CALI JUNIOR IVAN		AFA CHIARA	CALI JUNIOR IVAN	CORSO FANTASY? TIBERIO		
17:00	GAG ALE	PILATES MONICA	POWER TONE DAVIDE		TOTAL BODY ALE	POWER TONE DAVIDE	CHIUSA		
18:00	CIRCUITO ALE	DANCE FIT MONICA	PILATES DAVIDE	CIRCUITO FUNX sala fitness tiberio	CIRCUITO ALE	MOVIDA DAVIDE			
19:00	PILATES DAVIDE	FUNZIONALE TIBERIO	MOVIDA DAVIDE		FUNZIONALE TIBERIO	PILATES DAVIDE			
20:00	CALITHENICS IVAN	CROSS TRAINING TIBERIO 1,5	CALITHENICS IVAN sala fitness	BALLO COUNTRY	CROSS TRAINING TIBERIO 1,5	CALITHENICS IVAN			
21:00				BALLO COUNTRY					