

FITNESS (ACQUA)				
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
9,00/9,50 BIKE			9,00/9,50 BIKE	
11,00/11,50 A. DOLCE	13,30/14,20 CROXFIT		11,00/11,50 A.DOLCE	13,30/14,20 CIRCUITO
13,30/14,20 TRAINING H.I.I.T.	PILATES 14,30/15,20			
17,30/18,20 DUATHLON (BIKE+GYM)		18,10/19,00 A. POLE	17,30/18,20 DUATHLON (BIKE+TREADMILL)	18,50/19,40 BIKE
18,45/19,35 A.GYM	18,50/19,40 BIKE	19,00/19,50 CIRCUITO	18,45/19,35 A.GYM	
19,40/20,30 BIKE		20,00/20,50 BIKE	19,40/20,30 BIKE	

FITNESS (TERRA)				
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
			13,45/14,35 SPINNING	
	19,00/19,50 FUNCTIONAL TRAINING	19,00/19,50 PILATES		18,00/18,50 POSTURAL STRECH
	19,50/20,40 SPINNING	20,00/20,50 INTERVAL BIKE HIIT		19,00/19,50 FUNCTIONAL TRAINING
				19,50/20,40 SPINNING



Piscina F.lli Cervi Urbino

DA SETTEMBRE 2017

TEL. 0722320380 - www.virtusbuonconvento.it

RICORDA: CON L'ABBONAMENTO FREE GYM O CON IL CARNET 10 INGRESSI HAI L'ACCESSO SIA ALLE ATTIVITA' IN ACQUA CHE A QUELLE IN PALESTRA!!

