

**FITNESS (ACQUA)**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
9,00/9,50 BIKE	DUATHLON 13,30/14,20	A.GYM 13,30/14,20	9,00/9,50 BIKE	13,30/14,20 BIKE	11,40/12,30 CIRCUIT
11,00/11,50 A. DOLCE	18,50/19,40 BIKE	18,10/19,00 A. POLE	11,00/11,50 ADOLCE	18,50/19,40 BIKE	
13,30/14,20 A.POLE	FUNCTIONAL MIX 19,45/20,35	19,00/19,50 CIRCUITO	17,15/18,05 DUATHLON	19,40/20,30 CIRCUITO	
17,15/18,05 DUATHLON		20,00/20,50 BIKE	18,50/19,40 A.GYM		
18,50/19,40 A.GYM			19,40/20,30 BIKE		
19,40/20,30 BIKE			20,40/21,30 CIRCUIT		
20,40/21,30 CIRCUIT					

**FITNESS (TERRA)**

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
		18,10/19,00 PILATES	13,30/14,20 SPINNING	18,10/19,00 POSTURAL STRECH
	19,00/19,50 FUNCTIONAL TRAINING			19,00/19,50 FUNCTIONAL TRAINING
	19,40/20,30 SPINNING			19,40/20,30 SPINNING



**Piscina F.lli Cervi Urbino**

***DAL 1 MARZO 2017***

**TEL. 0722320380 - [www.virtusbuonconvento.it](http://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!!***