

ATTIVITA' PER TUTTE LE ETA'

 CENTRO
SPORTIVO
ITALIANO



PALESTRA E CORSI ORARIO ESTIVO

dal 03 agosto al 05 settembre

orario:	lunedì/mercoledì/venerdì	07:00 - 22:00
	martedì/giovedì	09:00 - 22:00
	sabato	09:00 - 16:00
	domenica	CHIUSO

SPAZIO

LUCE

COMFORT



FITNESS FAKTORY



Live Fit Live Well

Centro "Le Vele" - Via Ortigara 72 - 31040 Signoressa (TV)
tel 0423 303333 - cell 393 9451 104 - info@fitnessfaktory.com

WWW.FITNESSFAKTORY.COM

ORARIO dal 03/08 al 05/09 2020

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
07:15 - 08:00 SPINNING	09:30 - 10:15 WALKING	07:15 - 08:00 SPINNING	09:30 - 10:15 STEP&TONE	07:15 - 08:00 WALKING	09:15 - 10:00 YOGA PILATES
07:15 - 08:00 YOGA PILATES	09:30 - 10:15 POSTURAL	07:15 - 08:00 PILATES	10:30 - 10:55 STRETCHING	07:15 - 08:00 YOGA	10:15 - 11:00 STEP&TONE
08:15 - 08:40 G.A.G.	10:30 - 10:55 G.A.G.	08:15 - 09:00 GINNAST. DOLCE	11:00 - 12:45 ON DEMAND	08:15 - 08:40 G.A.G.	11:15 - 12:00 CARDIOBURN
09:00 - 09:45 POSTURAL	11:00 - 12:45 ON DEMAND	09:15 - 09:40 STRETCHING	13:00 - 13:45 CARDIOKOMBAT	09:00 - 09:45 PILATES	12:15 - 13:00 TOTALBODY
10:00 - 10:45 TOTALBODY	13:00 - 13:45 POSTURAL	09:30 - 10:15 SPINNING	14:00 - 16:15 ON DEMAND	10:00 - 10:45 CARDIOBURN	13:15 - 14:00 YOGA
11:00 - 12:15 ON DEMAND	13:00 - 13:45 WALKING	10:00 - 10:45 YOGA	16:30 - 17:15 TOTALBODY	11:00 - 12:45 ON DEMAND	14:15 - 14:40 G.A.G.
12:35 - 13:00 ABS	14:00 - 16:15 ON DEMAND	11:00 - 12:15 ON DEMAND	17:30 - 18:15 YOGA	13:00 - 13:45 PILATES	15:00 - 15:45 POSTURAL
13:00 - 13:45 SPINNING	16:30 - 17:15 CARDIOBURN	12:35 - 13:00 ABS	18:30 - 19:15 PILATES	14:00 - 16:15 ON DEMAND	
13:00 - 13:45 TOTALBODY	17:30 - 18:15 PILATES	13:00 - 13:45 STEP&TONE	19:00 - 19:45 WALKING	16:30 - 17:15 YOGA PILATES	
14:00 - 16:15 ON DEMAND	18:30 - 19:15 TOTALBODY	13:00 - 13:45 SPINNING	19:30 - 20:15 CARDIOKOMBAT	17:30 - 18:15 STEP&TONE	
16:30 - 17:15 PILATES	18:30 - 19:15 WALKING	14:00 - 16:15 ON DEMAND	20:30 - 21:45 ON DEMAND	18:30 - 19:15 CARDIOKOMBAT	
17:30 - 18:15 CARDIOBURN	19:30 - 20:15 POSTURAL	16:30 - 17:15 STEP&TONE		18:45 - 19:30 SPINNING	
18:30 - 19:15 STEP	20:30 - 21:45 ON DEMAND	17:30 - 18:15 TOTALBODY		19:30 - 20:15 PILATES	
19:00 - 19:45 SPINNING		18:30 - 19:15 CARDIOBURN		20:30 - 21:45 ON DEMAND	
19:30 - 20:15 TOTALBODY		18:30 - 19:15 SPINNING			
20:00 - 20:45 SPINNING		19:30 - 20:15 YOGA			
20:30 - 21:45 ON DEMAND		20:30 - 21:45 ON DEMAND			



UPTIVO
MATTER OF INTENSITY

LE ATTIVITÀ CON ISTRUTTORE SI SVOLGERANNO CON UN MINIMO DI 5 PARTECIPANTI E CON UN MASSIMO COME INDICATO NELLA APP.

I CORSI VIRTUALI SI SVOLGERANNO CON UN MASSIMO DI 20 PARTECIPANTI.

E' SEMPRE OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE TRAMITE L'APP FITNESS FACTORY.

	CARDIOVASCOLARE CON ISTRUTTORE
	CORSI VIRTUALI SU GRANDE SCHERMO



F I T N E S S
F A K T O R Y

Centro "Le Vele" - Via Ortigara, 72 - 31040 Signoressa (TV)
tel +39 0423 303333 - mobile +39 393 9451104
info@fitnessfactory.com