

**PROGRAMMA RISERVATO AI SOCI A.S.D. SPORTIME 2018-19
(DA CONFERMARE : AGGIORNATO AL 21 MAGGIO 2018)**

PROGRAMMA ADULTI LODI CITTA'				
LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì
9.00 - 10.00 TONIFICAZIONE S. FRANCESCO	9.30 - 10.30 PILATES S. FRANCESCO	9.00 - 10.00 TONIFICAZIONE S. FRANCESCO	9.30 - 10.30 PILATES S. FRANCESCO	9.00 - 10.00 TONIFICAZIONE S. FRANCESCO
15.15 -16.15 ACQUAGYM DOLCESTILNOVO	13.00 - 14.00 G.A.G. LODI HOTEL		13.00 - 14.00 G.A.G. LODI HOTEL	
16.00 - 17.00 TONIFICAZIONE EINAUDI		16.00 - 17.00 TONIFICAZIONE EINAUDI		
16.45 - 17.45 GYM DOLCE GANDINI			16.45 - 17.45 GYM DOLCE GANDINI	
18.00 - 19.30 YOGAFLEX GORINI	18.00 - 19.00 TOTAL BODY EINAUDI/	17.30 - 18.30 PILATES S.FRAN/GORINI	18.00 - 19.00 ZUMBA LODI HOTEL	18.00 - 19.30 YOGAFLEX GORINI
18.00 - 19.00 XTC PEZZANI	18.15 - 19.15 G.A.G. GANDINI	18.00 - 19.00 STEP PEZZANI	18.00 - 19.00 PILATES PEZZANI	18.15 - 19.15 G.A.G. GANDINI
19.00 - 20.00 GAG PEZZANI		19.00 - 20.00 TOTAL BODY PEZZANI	19.00 - 20.00 TOTAL BODY PEZZANI	
19.30 - 20.30 FUNCTIONAL T. GANDINI	18.30 - 19.30 PARKOUR VEGIO	19.30 - 20.30 FUNCTIONAL T. GANDINI	18.00 - 19.00 TOTAL BODY EINAUDI	19.30 - 20.30 FUNCTIONAL T. GANDINI
	19.00 - 20.00 VERTEBRALE GORINI (PONTE)		19.00 - 20.00 VERTEBRALE GORINI (PONTE)	SABATO
	19.15 - 20.15 PILATES GANDINI			11.00 - 12.00 PILATES LODI HOTEL
20.30 - 21.30 G.A.G. CABRINI			20.30 - 21.30 G.A.G. CABRINI	14.30 - 16.00 NORDIC WALK- BASE/AVAN

PROGRAMMA ADULTI PROVINCIA

CORTE PALASIO	GAG MARTEDI' E GIOVEDI' ORE 19.30
CREMA	GAG MARTEDI' E GIOVEDI' ORE 18.00
LODIVECCHIO	LUNEDI' 20.00 GAG MERC. ORE 19.00 PILATES – 20.00 GAG
MASSALENGO	GAG MERCOLEDI' ORE 20.15 – 2° GIORNO DA STABILIRE
PANDINO	LUNEDI' GAG 20.15 MERCOLEDI' GAG 20.00 PILATES 21.00
SALERANO	LUNEDI' 18.45 E MERCOLEDI' 19
TAVAZZANO	GAG MARTEDI E GIOVEDI ORE 19.30 –PILATES MART 20.30
TREVIGLIO	NORDIC WALKING ORARI DA STABILIRE

**FREQUENZA LIBERA PER 8 MESI: 250 EU TOTALI
ESCLUSO LEZIONI ACQUA GYM (COMPRESSE CON AGGIUNTA DI 100 EU PER 8 MESI)
PER I SOCI PREVISTE ANCHE ALTRE FORMULE DI FREQUENZA
WWW.SPORTIME-LODI.IT—CELL. 388 4296393**