

# CALENDARIO LEZIONI 2020/2021

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
10:00		Yogilates		Yogilates		Yogilates/Flexy
11:00	Posturale		Posturale		Posturale	Step coreo
14:00	Tonificazione		Tonificazione		Tonificazione	
15:00						Prepugilistica
16:00						Kick Boxing
17:00	Pilates	Posturale	Pilates	Posturale	Pilates	
	Parkour		Parkour		Parkour	
18:00	Zumba	Kick Boxing	Zumba	Kick Boxing	Zumba	
	Karate Junior	Step coreo	Karate Junior	Step coreo	Karate Junior	
19:00	Circuito	Prepugilistica	Circuito	Prepugilistica	Circuito	
	Calisthenics	Flexy & Strong	Calisthenics	Flexy & Strong	Calisthenics	
	Karate Senior		Karate Senior		Karate Senior	
20:00	Circuito	Salsa Princ.	Circuito		Circuito	
	Posturale	Krava maga	Posturale	Krava maga	Posturale	
20:30	Kung fu		Kung fu	Viet Vo Dao	Kung fu	
21:00	Viet Vo Dao					
21:15		Salsa Inter.	Salsa Avanzato			

Possibilità di personal training

\*Gli orari e i corsi potrebbero subire variazioni durante l'anno

**AG POWER SSD ARL**

Orari di sala  
Da Lunedì a Venerdì dalle 09:00 alle 22:30  
Sabato dalle 09:00 alle 18:00

■ Fitness  
■ Wellness  
■ Extra

**AG POWER**  
I LIMITI ESISTONO SOLO PER GLI ALTRI SUPERAVANTI