

## Orari Res Novae Velletri a.s.d.

### Settore Salute & Fitness

Valido dal 3° Settembre 2018 al 31 Maggio 2019

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
<b>9.00/10.00</b>		<b>Equilibrium</b> (Metodo Pilates)	<b>Equilibrium</b> (Metodo Stretching)		<b>Equilibrium</b> (Metodo Posturale)
<b>10.00/11.00</b>		<b>Energy Fitness</b> (Total Work Out)	<b>Functional Training</b> (Allenamento Funzionale)		<b>Energy Fitness</b> (Res Pump)
<b>17.00/18.00</b>	<b>Equilibrium</b> Ginnastica Dolce	<b>Energy Fitness</b> (Gambe-Addome e Glutei)	<b>Equilibrium</b> (Metodo Posturale)	<b>Energy Fitness</b> (Metodo Cardio)	<b>Equilibrium</b> (Metodo Pilates)
<b>18.00/19.00</b>	<b>Energy Fitness</b> (Brucia Grassi)		<b>Energy Fitness</b> (Step Tone)		<b>Energy Fitness</b> (Res Pump)
<b>19.00/20.00</b>	<b>Equilibrium</b> (Metodo Posturale)		<b>Equilibrium</b> (Metodo Pilates)		<b>Equilibrium</b> (Metodo Posturale)