



ORARIO ATTIVITÀ

ORARI DI APERTURA

LUN-MER-VEN: 07:00 – 22:00

MAR/GIO: 8:00 – 22:00

SAB: 09:00 – 18:00

DOM: 09:00 – 13:00



UNIVERSO VERSILIA SSD a RL, affiliato a

svolge attività sportive/ginnastica finalizzate alla salute e al fitness con vari metodi

TONIFICAZIONE	FUNZIONALE/ MINICLASS	YOGA	COREOGRAFICI
CARDIO	OLISTICI	COMBACT/ ACROBatico	SKILLATHLETIC

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
8:00	Functional Antonio		Functional Circuit Antonio		Functional Training Antonio	
10:00	Corpo Libero Sofia		Postural Alessandra		Postural Alessandra	Specialclass Staff
13:15		Yoga Lisa			Yoga Lisa	
		Spinning Veronica		Spinning Veronica		
18:00	Tone Up Ketty	30' GAG Ketty	Total Body Ketty	30' GAG Ketty	Body Sculpt Ketty	
18.30		30' Stretch&Mobility Ketty		30' Stretch&Mobility Ketty		
	Spinning Veronica	Pilates Alessandra	Spinning Veronica	Pilates Alessandra	Spinning Veronica	
19:00	Functional Antonio		Functional Circuit Antonio		Functional Circuit Andrea	
	Yoga Lisa		Yoga Lisa			

1) L'orario è soggetto a cambiamenti per motivi organizzativi e in base alla disponibilità degli insegnanti.

2) Si ricorda che per fare l'attività è richiesto il CERTIFICATO MEDICO con la dicitura "può fare attività fisica non agonistica"

3) Prenotazione alle attività obbligatoria