



non*solo*fitness

NonSoloFitness - Ass. Sport.Dil.

Viale Trento, 32 - ROVERETO (TN)
Tel: 0464 415035 - 349 4566935
e-mail: info@non-solofitness.it
www.non-solofitness.it

ORARI CORSI FITNESS STAGIONE 2020 ROVERETO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
8.30 9.30	Yoga Dolce		Yoga Dolce		
9.30 10.30	Total Body		Total Body		
12:30 13:30	Pilates		Pilates		
13:15 14:15					Total Body
17:00 18:00	Total body jump				
18.00 19.00	Functional	GAG	TRX	Total Body	Funtional
	Pilates		Pilates		
19.00 20.00	TRX	Total Body	Total Body Jump	GAG	Walking
	Power yoga		Power Yoga		



non**solo**fitness

NonSoloFitness - Ass. Sport.Dil.

Viale Trento, 32 - ROVERETO (TN)

Tel: 0464 415035 - 349 4566935

e-mail: info@non-solofitness.it

www.non-solofitness.it

ORARI CORSI STAGIONE 2020

Rovereto

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
16.30 17.30					KARATE 5/6 anni
16:30 18:00	CLASSICA BASE				HIP HOP BASE
16.30 18.30	MODERNA INTERMEDIO				HIP HOP INTERMEDIO
17.00 18.00			BABY LATINO		
17:30 19:00					KARATE 7/12 anni
18:00 19:00			REGGAETON		
18.30 20:30	HIP HOP AVANZATO				MODERNA AVANZATO
19:00 21:00					KARATE adulti
20.00 21.00			BACHATA - REGGAETON		



non**solo**fitness

NonSoloFitness - Ass. Sport.Dit.

via S. Nazzaro, 2 Riva del Garda (TN)

c/o Centro comm.le 2000

Tel: 0464 557739 - 349 4566935

e-mail: info@non-solofitness.it

www.non-solofitness.it

ORARI CORSI FITNESS STAGIONE 2020

RIVA DEL GARDA

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
9.30 10.45	YOGA VINYASA		YOGA VINYASA		
12.45 13.45		TABATA		TABATA	
18.00 19.00	G.A.G.				TOTAL BODY
19.00 20.00	FITBOXE PILATES			FIT BOXE	PILATES
20.00 21.00	HIIT (allenamnto ad alta intensita')				HIIT (allenamnto ad alta intensita')



non*solo*fitness

NonSoloFitness - Ass. Sport.Dil.

Viale Trento, 32 - ROVERETO (TN)

Tel: 0464 415035 - 349 4566935

e-mail: info@non-solofitness.it

www.non-solofitness.it

ORARI CORSI STAGIONE 2020

Rovereto

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
16.30 17.30					KARATE 5/6 anni
16:30 18:00	CLASSICA BASE				HIP HOP BASE
16.30 18.30	MODERNA INTERMEDIO				HIP HOP INTERMEDIO
17.00 18.00			BABY LATINO		
17:30 19:00					KARATE 7/12 anni
18:00 19:00			REGGAETON		
18.30 20:30	HIP HOP AVANZATO				MODERNA AVANZATO
19:00 21:00					KARATE adulti
20.00 21.00			BACHATA - REGGAETON		