

Corsi Pilates con Macchinari e Gyrotonic

'Il Metodo®' Centro Autorizzato Pilates Polestar USA a Roma dal 1998'

Lunedì	11.30 Reformer	13.30 Reformer	14.30 Studio	18.00 Reformer	19.00 Reformer	19.00 Studio	20.00 Reformer	20.00 Studio	21.00 Reformer
Martedì		13.30 Reformer		18.00 Reformer	19.00 Tower/ Chair		20.00 Reformer/ Chair		
Mercoledì	11.30 Studio	13.30 Studio	14.30 Reformer	18.00 Reformer	19.00 Reformer	19.00 Studio	20.00 Reformer	20.00 Studio	21.00 Reformer
Giovedì		13.30 Reformer		18.00 Reformer/ Chair	19.00 Studio		20.00 Reformer		
Venerdì	11.30 Tower	13.30 Reformer		18.00 Reformer					
Sabato			14.30 Reformer						



Associazione Sportiva Dilettantistica Fitness 2000

Indirizzo- Viale delle Milizie 40, **Metro-**Ottaviano **Tel/Fax** + 39. 06. 37 22 303

Web www.fitnessduemila.it **Email:** info@fitnessduemila.it

Skype fitness2000ilmetodo **FaceBook:** fitness2000

NOTA- Orario e tipologia delle lezioni possono subire cambiamenti, qualora necessario.

Corsi Pilates con Macchinari e Gyrotonic

'Il Metodo®' Centro Autorizzato Pilates Polestar USA a Roma dal 1998'

Lunedì	11.30 Reformer	13.30 Reformer	14.30 Studio	18.00 Reformer	19.00 Reformer	19.00 Studio	20.00 Reformer	20.00 Studio	21.00 Reformer
Martedì		13.30 Reformer		18.00 Reformer	19.00 Tower/ Chair		20.00 Reformer/ Chair		
Mercoledì	11.30 Studio	13.30 Studio	14.30 Reformer	18.00 Reformer	19.00 Reformer	19.00 Studio	20.00 Reformer	20.00 Studio	21.00 Reformer
Giovedì		13.30 Reformer		18.00 Reformer/ Chair	19.00 Studio		20.00 Reformer		
Venerdì	11.30 Tower	13.30 Reformer		18.00 Reformer					
Sabato			14.30 Reformer						



Associazione Sportiva Dilettantistica Fitness 2000

Indirizzo- Viale delle Milizie 40, **Metro-**Ottaviano **Tel/Fax** + 39. 06. 37 22 303

Web www.fitnessduemila.it **Email:** info@fitnessduemila.it

Skype fitness2000ilmetodo **FaceBook:** fitness2000

NOTA- Orario e tipologia delle lezioni possono subire cambiamenti, qualora necessario.