

	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
ORARIO										
09:30/10:30	Cross				Flying				Kettlebell	
10:30/11:30										
13:30/14:30	Cross	Primitive	Flying	Calisthenics	Kettlebell		Cross		Flying	Calisthenics
16:00/17:00										
17:00/18:00	Cross				Kettlebell				Flying	
17:30/18:30										
18:00/19:00	Kettlebell		Functional Training		Flying	Weight Lifting	Cross		Cross	
18:30/19:30								Primitive		
19:00/20:00	Flying	Calisthenics	Cross		Cross		Calisthenics		Kettlebell	
19:30/20:30										
20:00/21:00	Calisthenics 1°		Kettlebell		Functional Training		Calisthenics 1°			
20:30 – 21:30										

ORARIO CORSI 2019/2020 FLYRON

* gli orari sono soggetti a variazione

Gli orari di Pole Dance e altri corsi dipendono dal numero di iscritti e dal livello degli atleti. Per maggiori informazioni contattaci