PALINSESTO CORSI DI
ATTIVITÀ SPORTIVA GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE ED AL FITNESS

ORA	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
	SALA CORSI	SALA FUNZIONALE	SALA CORSI	SALA FUNZIONALE	SALA CORSI	SALA FUNZIONALE	SALA CORSI	SALA FUNZIONALE	SALA CORSI	SALA FUNZIONALE
9.15-10.00		Dynamic FUNZIONALE	Wellback PILATES		Wellback SCHIENA IN SALUTE		FUNZIONALE POSTURALE		Wellback SCHIENA IN SALUTE	Dynamic FUNZIONALE
10.15-11.00										
13.00-13.45				Dynamic FUNZIONALE				Dynamic FUNZIONALE		
14.00-14.45										
17.00-17.45									Wellback PILATES	
18.00-18.45	FUNZIONALE POSTURALE	Dynamic FUNZIONALE	Wellback SCHIENA IN SALUTE			Dynamic FUNZIONALE	Wellback SCHIENA IN SALUTE		Wellback PILATES	Dynamic FUNZIONALE
19.00-19.45	TOTAL BODY TONIFICAZIONE	Dynamic FUNZIONALE	FUNZIONALE POSTURALE	TRX ALLENAMENTO IN SOSPENSIONE	CIRCUITO AL FEMMINILE	Dynamic FUNZIONALE	FUNZIONALE POSTURALE	Dynamic FUNZIONALE	G.A.G. TONIFICAZIONE	
20.00-20.45	Wellback SCHIENA IN SALUTE	Dynamic FUNZIONALE						TRX ALLENAMENTO IN SOSPENSIONE		

Il palinsesto può subire variazioni che saranno comunicate tempestivamente.

PRENOTA LA TUA LEZIONE DI PROVA GRATUITA!

371 3713045

info@r-evolutiontraining.it

R-Evolution Training

rtraining.it

evolution TRAINING S.S.D. a.R.L.

I giorni ed i periodi di sospensione delle attività sono i seguenti:
Sabato 1 novembre (Tutti i Santi)
Lunedì 8 dicembre (Immacolata Concezione)
Da mercoledì 24 dicembre a giovedì 1 gennaio 2026 compresi (settimana di chiusura invernale, Natale e Capodanno).
I CORSI RIPRENDERANNO LUNEDì 5 GENNAIO
Martedì 6 gennaio (Epifania)
Lunedì 6 aprile (Pasquetta)
Sabato 25 aprile (Festa della Liberazione)
Venerdì 1 maggio (Festa dei Lavoratori)
Martedì 2 giugno (Festra della Repubblica)
Da lunedì 10 a sabato 17 agosto compresi (settimana di chiusura estiva + Ferragosto)

MODALITÀ DI PRENOTAZIONE E DISDETTA DEI CORSI VIOLA:
La prenotazione è obbligatoria, da effettuare almeno **2 ore** prima delle lezioni
telefonicamente o direttamente **in Reception o tramite l'APP dedicata**

La disdetta della prenotazione è obbligatoria, da effettuare almeno **2 ore** prima delle lezioni
telefonicamente o direttamente **in Reception o tramite l'APP dedicata.**
Verranno considerate effettuate le lezioni non disdette o disdette in ritardo.

Le lezioni previste nell'abbonamento vanno utilizzate dal lunedì al venerdì entro la settimana.
È escluso il prolungamento del percorso se non per certificati motivi di salute.

MODALITÀ DI PRENOTAZIONE CORSI WELLBACK SCHIENA IN SALUTE & PILATES E FUNZIONALE POSTURALE:
La prenotazione delle lezioni è obbligatoria, da effettuare al momento dell'acquisto dell'abbonamento, direttamente in Reception.
Una volta al mese è possibile effettuare lo spostamento della prenotazione nella stessa settimana.
È escluso il prolungamento del percorso se non per certificati motivi di salute.

evolution
TRAINING
S.S.D. a.R.L.

SEGUICI ANCHE SUI SOCIAL E RIMANI SEMPRE AGGIORNATO:

R-Evolution Training

rtraining.it