

SALA FUNCTIONAL

LUNEDÌ

12:30

FACTS

Eka

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

12:30

FACTS

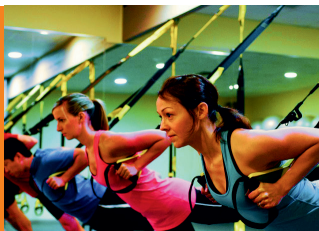
Eka

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

* Area Funzionale in sala pesi



Il nuovo
centro estetico
e benessere
ti aspetta!

329.869.8089

CROSS
Estetica e Benessere

SALA INDOOR CYCLING



LUNEDÌ

MARTEDÌ

13.10
Mina

18.30
Lorenzo N.

MERCOLEDÌ

07.05
Mina

GIOVEDÌ

18.30
Lorenzo N.

VENERDÌ

07.05
Mina

SABATO

09.30
Mina

DOMENICA

11.00
ROTAZIONE



PARCHEGGIO GRATUITO



FREE WIFI



TUTTI I SERVIZI SONO COMPRESI
NELL'ABBONAMENTO



PER L'ISCRIZIONE È NECESSARIO
IL CERTIFICATO MEDICO

ORARIO CORSI

BODY Line

My Fitness s.s.d. a r.l.



FIRENZE

Via dello Steccuto, 3A/r



055.42.22.629



055.41.00.59



WWW.BODYLINE.IT

ORARIO APERTURA:

GINNASTICA/ATTREZZISTICA

- da Lunedì a Venerdì 07:00-23:00
- Sabato 09:00-20:00
- Domenica 09:00-18:00

ISTRUTTORE ATTREZZI

- da Lunedì a Venerdì 08:00-22:00
- Sabato 10:00-14:00

LUNEDI

SALA 2

10:00
Ginn. Dolce
Eka

11:00
Corpo Libero
Eka

13:30
Body Sculpt
Stefano G.

16:30
Body Sculpt
Stefano G.

17:30
G.A.G.
Stefano G.

18:15
Total Body
Rafael

19:15
Body Combat
Rafael

20:10
Body Sculp
Rafael

SALA 3

13:30
Strenght Yoga
Eka

MARTEDI

SALA 2

09:30
Stret. Posturale
Stefano B.

17:15
Corpo Libero
Mario

18:00
G.A.G.
Mario

SALA 3

18:45
Step III
Mario

MERCOLEDI

SALA 2

08:00
Ginn. Dolce
Stefano B.

09:00
Total Body
Stefano G.

10:00
Ginn. Dolce
Eka

11:00
Corpo Libero
Laura

12:30
Corpo Libero
Laura

13:30
Body Sculpt
Stefano G.

18:30
Cross Cardio
Rafael

19:15
Body Combat
Rafael

20:00
G.A.G.
Rafael

SALA 3

09:00
Corpo Libero
Stefano B

13:30
Strenght Yoga
Eka

GIOVEDI

SALA 2

09:30
G.A.G.
Stefano B

11:30
Body Workout
Stefano B.

SALA 3

VENERDI

SALA 2

09:00
Corpo Libero
Laura

10:00
Ginn. Dolce
Laura

11:00
Corpo Libero
Laura

13:30
Body Sculpt
Stefano G.

15:30
G.A.G.
Stefano G.

16:30
Total Body
Mario

17:30
Body Balance
Mario

18:45
Step III
Mario

SALA 3

SABATO

SALA 2

SALA 3

**Orari dal
18/08
al 24/08**

“
LA CULTURA FISICA
COMPRENDE TUTTE
LE DISCIPLINE SPORTIVE
CHE UTILIZZANO
SOVRACCARICHI
E CORPO LIBERO,
RESISTENZE,
FINALIZZATE AL FITNESS
E AL BENESSERE
FISICO - WELLNESS
”

LEGENDA CORSI
DISCIPLINE SPORTIVE



CULTURA FISICA
TONIFICAZIONE



GINNASTICA AEROBICA
AEROBICA



GINNASTICA PER TUTTI
SOFT



CULTURA FISICA
FUNZIONALE



DANZA SPORTIVA
COREO/BALLO



CULTURA FISICA
HARMONY



ARTI MARZIALI