CALENDARIO ATTIVITÀ
FITNESS 2023-24

A PARTIRE DAL 18 SETTEMBRE 2023

A.S.D. OVERLIMITS
SPORT E OLTRE

		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
OVER 65 GINNASTICA DOLCE	Crema Ergo 1		9.00-10.00		11.00-12.00		
	Crema Ergo 2	14.00-15.00		9.00-10.00			
	S. Carlo			9.00-10.00		9.00-10.00	
	S. Stefano NOVITÀ		10.00-11.00			9.30-10.30	
	Capergnanica			11.00-12.00		11.00-12.00	
	Credera NOVITÀ	09.30-10.30					
	Dovera		14.00-15.00		10.00-11.00		
GINNASTICA MANTENIMENTO	Borgo S. Pietro		18.00-19.00			18.00-19.00	
PILATES	Ergo (Intermedio)	9.00-10.00			9.00-10.00		9.00-10.00
			19.30-20.30		19.30-20.30		
	Ergo (Posturale)	10.00-11.00			10.00-11.00		
			17.30-18.30		17.30-18.30		
			18.30-19.30		18.30-19.30		
	Ripalta (Posturale) Cremasca	18.30-19.30			18.30-19.30		
	Ripalta (Intermedio) Cremasca	19.30-20.30			19.30-20.30		
	Moscazzano NOVITÀ		18.20-19.20			18.45-19.45	
YOGA	Crema Ergo			13.00-14.00		13.00-14.00	
				18.30-19.30			
TOTAL BODY	Crema Ergo			17.30-18.30		17.30-18.30	
DANZA CHE TI PASSA (ADULTI)	Crema Ergo			21.00-22.00			
GRUPPO DI CAMMINO	ORARI SU RICHIESTA						

Prenota ora la tua prova gratuita!
PER INFO: 333 3235297

SCANSIONA IL CODICE E SCOPRI TUTTE LE ATTIVITÀ FITNESS DI OVER LIMITS

Asd Overlimits asdoverlimits