

ORARIO CORSI JUTA 2021-2022

ORARIO CORSI CLASSIC

Juta center - via Galileo Galilei, n 32

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
09.30 10.15	TOTAL BODY	PILATES	GAG	PILATES	CARDIO TONE
13.00 13.45	FUNCTIONAL TRAINING	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING
17.30 18.15	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING
18.15 19.00	S.B.Z.		S.B.Z.		S.B.Z.
18.20 19.05		PILATES		PILATES	
19.05 20.05		POWER YOGA		POWER YOGA	
19.15 20.00	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING

I corsi sono garantiti con la presenza minima di 5 persone. Il calendario corsi previo preavviso potrà subire variazioni. Per la partecipazione ai corsi è OBBLIGATORIA la prenotazione.

ORARIO CORSI RAVINA

Juta Ravina - via Herrsching 7

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
09.30 10.15		TOTAL BODY		TOTAL BODY	
12.45 13.45	PILATES	SPARTAN	VINYASA YOGA	SPARTAN	
18.15 19.15	VINYASA YOGA	TRX	PILATES	TRX	PILATES
19.15 20.00	SPINNING (Da Ottobre)	FIT BOXE	SPINNING (Da Ottobre)	FIT BOXE	
19.15 20.15	SPARTAN	SPARTAN	SPARTAN	SPARTAN	SPARTAN

I corsi sono garantiti con la presenza minima di 5 persone. Il calendario corsi previo preavviso potrà subire variazioni. Per la partecipazione ai corsi è OBBLIGATORIA la prenotazione.

CHAOS EXPERIENCE

Juta center - via Galileo Galilei, n 32

LUNEDI' - MERCOLEDI' - VENERDI'	
7.00 - 09.00	HIIT
10.30 - 18.00	HIIT
18.20 - 19.00	TRX STRONG
19.00 - 20.00	HIIT
MARTEDI' - GIOVEDI'	
13.00 - 18.00	HIIT
18.00 - 19.00	CALISTHENICS
19.00 - 20.00	CALISTHENICS

I corsi sono garantiti con la presenza minima di 5 persone. Il calendario corsi previo preavviso potrà subire variazioni. Per la partecipazione ai corsi è OBBLIGATORIA la prenotazione.