

Sala Pancafit

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
9.30	Pancafit Laura		Pancafit Laura		
10.20				Pancafit Elide 10.10	
10.40	Pancafit Giovanni		Pancafit Giovanni	Pancafit Elide 11.00	Pancafit Elide
14.00		Pancafit Paolo			
17.30					Pancafit Laura
19.00		Pancafit Roberta	Blackroll Giovanni 18.30	Pancafit Valeria	
19.40	Pancafit Myriam	Pancafit Roberta 20.00	Pancafit Myriam		
20.40	Pancafit Paolo		Pancafit Myriam		

Ti ricordiamo che:
tutte le attività e gli orari potranno subire modifiche



CONI n° 265191



CONI n° 271639



CONI n° 250147

Corsi in acqua Nuoto libero Ginnastica antalgica Stretching zen Corsi area funzionale	Punti 24 Punti 20 Punti 24 Punti 24 Punti 24	Spinning e Walking Corsi GYM Pilates/Pancafit Fuel to Run Sala Fitness	Punti 24 Punti 22 Punti 24 Punti 20 Punti 22
---	--	--	--



0438411610



JoyClub



joy-club.it



joyclub.conegliano



via Italia 141
San Vendemiano

Joy Club

Orario attività stagione sportiva 2017/2018

Sala Attrezzi

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
6.30	8.00	6.30	8.00	6.30	9.00	9.00
22.00	22.00	22.00	22.00	21.00	18.00	12.30

Area Funzionale

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
13.00	Forma Paolo 13.10			Forma Ale R 12.50	HIT Giovanni
18.30	HIT Giovanni	HIT Ale B 18.45		HIT Ale B 18.45	
19.20	Forma Giovanni		Forma Giovanni		
19.30		Forma Ale B		Forma Ale B	

Fuel To Run

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
19.00		Fuel To Run Daniele		Fuel To Run Daniele	

Le nostre attività durano 50'



Polisportiva Joy Club società sportiva dilettantistica a r.l.

Piscina

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
8.10	Acquadolce Emanuela	Acquagym Deborah 8.40	Acquadolce Claudia	Acquagym Emanuela 8.40	Acquadolce Greta
9.00	Acquagym Emanuela	Acquadolce Deborah 9.30	Acquagym Claudia	Acquadolce Emanuela 9.30	AcquaAntalgica Greta
9.50	Acquagym Emanuela		Acquagym Claudia		
13.00	Acquagym Denisa				
15.00	Corso di nuoto Marta				
17.40		Acquagym Claudia		Acquagym Giovanni	
18.40	Acquagym Roberta	Acquagym Claudia	Acquagym Greta	Acquagym Claudia	
19.30	Acquagym Roberta		Acquagym Greta		
20.40	Corso di nuoto Roberta				

Nuoto libero

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
13.00					Nuoto libero	Nuoto libero
14.00	Nuoto libero		Nuoto libero			
20.30				Nuoto libero		

Sala Rossa

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9.30	Walking Svetlana			Walking Svetlana		Yoga Bimbi Paola 10.00
11.15						Spinning Francesca
13.00	Walking Giovanni	Spinning Francesca	Joy Walk Paolo	Spinning Francesca	Walking Paolo	
18.30	Walking Laura	StretchingZen Valeria	Walking Laura			
19.30	Spinning Daniel	WalkEnergy Giovanni	Spinning Francesca	WalkEnergy Giovanni 19.00	Spinning Francesco 19.30	
20.30	Spinning Daniel					

Sala Verde

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
8.30					StretchingZen Elide	
9.30	Cardio Tone Giovanni	StretchingZen Elide	Cardio Tone Giovanni		StretchingZen Elide	Yoga Elide
10.30	Pilates base Laura		Pilates base Laura	GinnasticaAntalgica Svetlana		
13.00		Zumba Deborah				
16.45				Yoga Bimbi Paola		
17.45	Teen Ager Laura		Teen Ager Laura			
18.00		Pilates Svetlana		Pilates Svetlana		
18.30	Pilates Myriam		Pilates Myriam		StretchingZen Laura	
19.00		Body Art Svetlana		Body Art Svetlana		
19.30	PowerWorkout Laura		PowerWorkout Laura		Step Coreografico Luca	
20.00		Pilates Valeria		Pilates Valeria		

*Attività riservate ai tesserati CSI
Richiedi informazioni per il tuo tesseramento*