

# ORARIO LUGLIO DAL 8 AL 12 LUGLIO

LUNEDI			MARTEDI			MERCOLEDI			GIOVEDI			VENERDI			SABATO		DOMENICA	
ORA	SALA	LEZIONE	ORA	SALA	LEZIONE	ORA	SALA	LEZIONE	ORA	SALA	LEZIONE	ORA	SALA	LEZIONE				
7.00								<b>APERTURA</b>										
8.30	B	PILATES				8.30	B					8.30	B	PILATES	9.00		<b>APERTURA</b>	
9.00	A		9.00	B					9.00	B		9.00	A		09.30	B		
			09.30	A					09.30	A					10.00	FUN		
10.00	A	DANCE TONE				10.00	B	FLEXBALANCE				10.00	A	CIRCUITO <sup>50</sup>	10.30	B		
11.00	B		10.00	B	SOFT GYM	11.00	B		10.00	B	SOFT GYM	11.00	B		11.00	A	TOTAL BODY	
11.30	B		12.00	B		12.00	B		11.30	B		11.30	B		11.30	B		
13.15	B	FUNZIONALE	13.15	A	TRX <sup>45</sup> PRENOTAZIONE	13.15	B	FUNZIONALE	13.15	A	TRX <sup>45</sup> PRENOTAZIONE	13.15	B	FUNZIONALE	11.00	FUN		
14.00	A	TOTAL BODY	14.00	B		14.00	A	PUMP	14.00	B		14.00	A	KILLER GLUTEO	12.00	B		
15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	14.00	A		
15.30	FUN		15.00	FUN		15.30	FUN		15.00	FUN		15.30	FUN					
15.30	A		15.00	A		15.30	A		15.00	A		15.30	A					
15.00	B		15.00	B		15.00	B		15.00	B		15.00	B					
15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	15.00	SALA PESI	PALESTRA for TEENAGERS*	16.00	FUN		
16.00	FUN		16.00	FUN		16.00	FUN		16.00	FUN		16.00	FUN		16.00	B		
16.30	A		16.00	A		16.30	A		16.00	A		16.30	A		16.00	A		
16.00	B		16.00	TERRAZZ A		16.00	B		16.00	TERRAZZ A		16.00	B					
			16.30	B		16.30	B		16.30	B		16.30	B					
17.00	FUN		17.00	FUN		17.00	FUN		17.00	FUN		17.00	FUN					
17.30	A	ZUMBA FITNESS	17.00	A		17.30	A	ZUMBA FITNESS	17.00	A		17.30	A	ZUMBA FITNESS				
17.00	B		17.30	B		17.00	B		17.30	B		17.00	B					
18.00	FUN		18.00	FUN		18.00	FUN		18.00	FUN		18.00	FUN					
18.30	A	PILATES PRENOTAZIONE PROVVISORIA	18.00	A		18.30	A	PILATES PRENOTAZIONE PROVVISORIA	18.00	A		18.30	A	PILATES PRENOTAZIONE PROVVISORIA				
18.00	B		18.30	B	YOGA	18.00	B		18.30	B	YOGA	18.00	B		18.00		<b>CHIUSURA</b>	
19.00	FUN		19.00	FUN		19.00	FUN		19.00	FUN		19.00	FUN					
19.30	A	KILLER GLUTEO <sup>45</sup>	19.00	A	TOTAL BODY	19.30	A	PUMP <sup>45</sup> ALTOIMPATTO	19.00	A	KILLER GLUTEO	19.30	A	THEBOW THE BEST OF THE WEEK				
19.00	B	TRX <sup>60</sup> PRENOTAZIONE	19.30	B	INDOOR CYCLING PRENOTAZIONE	19.00	B	TRX <sup>60</sup> PRENOTAZIONE	19.30	B	INDOOR CYCLING PRENOTAZIONE	19.00	B	TRX <sup>60</sup> PRENOTAZIONE				
20.00	FUN	CROSSTRaining	20.00	FUN		20.00	FUN	CROSSTRaining	20.00	FUN		20.00	FUN	CROSSTRaining				
20.15	A		20.00	A		20.15	A		20.00	A		20.15	A					
20.00	B		20.30	B		20.00	B		20.30	B		20.00	B					
21.00	FUN		21.00	FUN		21.00	FUN		21.00	FUN		21.00	FUN					
21.00	A		21.30	A		21.00	A		21.30	A		21.00	A					
21.00	B		21.30	B		21.00	B		21.30	B		21.00	B					
22.00	A		22.00	A		22.00	A		22.00	A		22.00	A					
22.30								<b>CHIUSURA</b>										



LA TUA PALESTRA DI QUARTIERE

Seguici su



LEZIONI COMPRESSE NELL'ABBONAMENTO

\* LEZIONI CON INTEGRAZIONE

45 LEZIONI DA 45 MINUTI



**PARCHEGGIO CUSTODITO GRATIS**

**ORARIO ESTIVO**

LUN - VEN: 7:00>22:30

SAB: 8:30>18:00

DOM: CHIUSO

**ASSISTENZA IN SALA**

LUN - VEN: 9:00>21:00

SAB: 8:30>18:00

VIA FRANCESCO MASSI 10  
00152 ROMA

TEL: (+39)06.89.87.14.06

MAIL: INFO@VERYEAH.COM

WWW.VERYEAH.COM