

A.S.D. SPORTIME LOMBARDIA

PROGRAMMA ALL'APERTO dal 3 maggio 21 LODI

PROGRAMMA VIDEOLEZIONI ATTIVITA' FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS

BASSA INTENSITA'	MEDIA INTENSITA'	NORDIC WALKING	ALTA INTENSITA'	IN PROGRAMMA*
-------------------------	-------------------------	-----------------------	------------------------	----------------------

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
			16.00 * NORDIC WALKING Bassa intensità CATUFI (LODI) RITROVO VILLA BRAILA	
		16.30 VERTEBRALE CATUFI (LODI) VIA SCURI 8		16.30 VERTEBRALE CATUFI (LODI) VIA SCURI 8
19.00 POSTURALE CATUFI (LODI) VIA SCURI 8			17.00 TOTAL BODY LUCIA (LODI) CORTILE SEDE VIA DELLA COSTA 4	SABATO
				15.00 NORDIC WALKING CATUFI (LODI) RITROVO BAR DEL PAESAGGIO

**IN CASO DI PIOGGIA
COMUNICHEREMO SUL GRUPPO SE CI SARA' UNA LEZIONE ALTERNATIVA ON LINE**

*** IN PROGRAMMA : LE LEZIONI DI QUESTO COLORE SI ATTIVERANNO A RAGGIUNGIMENTO NUMERO**

SPORTIME

**INFO CELL. 3884296393 - 3336734313
Help per collegamento on line: Lucia 3278391378**