



A.S.D.
OVERLIMITS
SPORT E OLTRE

#CORSIFITNESS2022

CALENDARIO CORSI

ASD OVERLIMITS

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
PSICOMOTRICITA'			16.30-17.15/17.30-18.45			
OVER 65 - ERGO	10.30-11.30	17.30-18.30		10.30-11.30/17.30-18.30		
OVER 65 - SABBIONI	14.00-15.00		14.00-15.00			
OVER 65 - SAN CARLO			9.00-10.00		9.00-10.00	
GINNASTICA DI MANTENIMENTO		18.00-19.00/19.00-20.00			18.00-19.00/19.00-20.00	
OVER 65 - SERGNANO	16.30-17.30		16.30-17.30			
OVER 65 - CAPERGNANICA		17.15-18.15			17.15-18.15	
OVER 65 - DOVERA		14.00-15.00		14.00-15.00		
OVER 65 - RIPALTA CREMASCA		14.00-15.00			14.00-15.00	
OVER 65 - SAN BERNARDINO					10.00-11.00	
TOTAL BODY ERGO		17.30-18.30			17.30-18.30	
PILATES 1 - ERGO		18.30-19.30/19.30-20.30			18.30-19.30/19.30-20.30	
PILATES 2 - ERGO	9.30-10.30			9.30-10.30		
PILATES - RIPALTA CREMASCA	19.30-20.30	19.30-20.30		19.30-20.30	19.30-20.30	
YOGA - ERGO			13.00-14.00		13.00-14.00	
CAMMINO - CREMA		8.30-10.00		8.30-10.00		
* CAMMINO - SAN BERNARDINO	14.30-15.30			14.30-15.30		
CAMMINO - SANTO STEFANO			8.30-9.30			
CAMMINO - CASTELNUOVO			8.30-9.30			8.30-9.30

PER INFO: 333 32 35 297

UN NUOVO ANNO CON **OVER LIMITS** TI ASPETTA!

Prenota ora la tua #lezione gratuita