

# Planning Box ViPer

2024/2025

*Questo Planning riguarda le seguenti attività sportive: Cultura Fisica (Biathlon Atletico, Sviluppo Muscolare, Braccio di Ferro, Palestriadi, Power Games, attività con sovraccarichi e resistenze finalizzate al fitness e al benessere fisico) - **Ginnastica finalizzata alla salute e al fitness**. La denominazione delle lezioni riguarda l'applicazione delle varie metodologie di insegnamento delle discipline praticate.*

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
		9:30	Class			9:30	Class		
10:00	Class	10:30	Class	10:00	Class	10:30	Class	10:00	Class
		11:30	Class			11:30	Class		
16:30	Class	16:30	Class	16:30	Class	16:30	Class	16:30	Class
17:30	Class	17:30	Class	17:30	Class	17:30	Class	17:30	Class
18:30	Class	18:30	Class	18:30	Class	18:30	Class	18:30	Class
19:30	Class	19:30	Class	19:30	Class	19:30	Class	19:30	Class

Tutte le attività sono su prenotazione.

SABATO	
11:00	Team WOD



vigorsportingcenter  
box.viper



vigorsportingcenter.it



06 40 60 509