

# PLANNING GOLARSA ACADEMY FITNESS

in vigore dal 4 settembre 2023

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
11:00 (60') Ginnastica Posturale			11:00 (60') Ginnastica Posturale		10:00 (60') Preparazione al Padel
13:00 (60') Functional Training		13:00 (60') Functional Training	13:00 (60') Functional Training		
20:00 (60') Functional Training	19:00 (60') Functional Training	20:00 (60') Functional Training	20:00 (60') Functional Training	19:00 (60') Functional Training	

L'accesso libero alla palestra è consentito agli iscritti previa prenotazione tramite app nei seguenti orari:

**Lunedì - Venerdì** 10:00 -15:00\* /17:00 - 21:00\*

**Sabato** 9:00 - 13:00\*

\* Nelle ore di svolgimento dei corsi di gruppo non è consentito accedere liberamente alla palestra.