

PLANNING ATTIVITÀ

ORARIO SALA FUNCTIONAL

Lun - Ven: 09:00 - 22:00
 Sab: 09:30 - 19:00
 Dom: 10:00 - 14:00

Su www.nextclub.it
 trovi le variazioni
 d'orario per il periodo
 estivo.

SU PRENOTAZIONE

- TRX
- SPINNING

Prenotati dall'area
 clienti del nostro sito



Scannerizza il
 codice QR per scoprire
 le descrizioni dei nostri corsi

NEXTCLUB.IT

Seguici sui social!



NEXT FUN

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:30						POWER YOGA Francesca
10:00		PILATES Sveva	GINNASTICA DOLCE Sara	POSTURALE Marco		
10:30						CROSS CARDIO Oriana
11:00						
11:30	POSTURALE Marco					
13:00	TRX* Sara	FITBOXE Sveva	TRX* Sara	ZUMBA Viviana	TRX* Sara	
13:30	CARDIO TONE Sara		GAG Sara		PILATES Sara	
17:30			PILATES Sara			
18:00	GAG Sara			FIT BOXE Sveva	ZUMBA Viviana	
18:30			TOTAL BODY Sara			
19:00	PILATES Sara	CROSS CARDIO Oriana		HIIT + ABS Sveva	TOTAL BODY Viviana	
19:30			MOVIDA Oriana			
20:00	CARDIO TONE Sara	YOGA VINYASA Serena		POWER YOGA Francesca		

NEXT EXPRESS

NEXT OPEN

- ALL. FUNZIONALE
- ALL. POSTURALE
- TONIFICAZIONE
- CARDIO
- COREOGRAFIA
- ⊕ LEZIONI DI 30'

NEXT RIDER

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
11:00						SPINNING Roberta / Catherine
13:00	SPINNING Cathrine			SPINNING Mino		
18:00						
18:30		SPINNING Cathrine			SPINNING Mino	
19:00	SPINNING Roberta		SPINNING Roberta			
19:30		SPINNING Cathrine			SPINNING Mino	

NEXT DIDACTIC

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
11:30						POLE DANCE Astrid
13:00						BOXE Denis
17:00				POLE DANCE Alexia	POLE DANCE Giulia	
17:30						
18:00		POLE DANCE Giulia				
20:30			KRAV MAGA			
21:00	POLE DANCE Giulia	POLE DANCE Angela		POLE DANCE Giulia		