






# Orario 2016/17 - Group Training - Starbenergy - Small Group - Spinning

*"L'energia del gruppo con la guida del personal trainer"*

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
SALA 4	SALA 3	SALA 4	SALA 3	SALA 4	SALA 3	SALA 4	SALA 3	SALA 4	SALA 3
Ore 9.00 Starbene Dolce MARCO	NOVITA' DA OTTOBRE	Ore 9.00 Total Toning ANDREA		Ore 9.00 Fit Energy SARA		Ore 9.00 Starbene Dolce MARCO		Ore 9.00 Total Toning ANDREA	NOVITA' DA OTTOBRE
Ore 10.00 Pilates VALENTINA		Ore 10.00 Fly Board SARA		Ore 10.00 Postural training CRISTINA		Ore 10.00 Pilates VALENTINA		Ore 10.00 Fly Board SARA	
Ore 15.15 Ginnastica Dolce MARCO						Ore 15.15 Ginnastica Dolce MARCO			
Ore 17.15 Total Toning ANDREA		Ore 17.00 Fly Board VALENTINA	Ore 17.00 Postural giovani MATTIA			Ore 17.15 Total Toning ANDREA		Ore 17.00 Fly Board VALENTINA	Ore 17.00 Postural giovani MATTIA
Ore 18.15 Fit Training ARTURO	NOVITA' DA OTTOBRE	Ore 18.00 Fit Training ARTURO		Ore 18.00 Pilates SARA	NOVITA' DA OTTOBRE	Ore 18.15 Fit Training ARTURO	NOVITA' DA OTTOBRE	Ore 18.00 Fit Training ARTURO	NOVITA' DA OTTOBRE
Ore 19.15 Fit Active CRISTINA	 DA OTTOBRE	Ore 19.00 Fit Energy SARA	 DA OTTOBRE	Ore 19.00 Zumba SARA	 DA OTTOBRE	Ore 19.15 Fit Active CRISTINA	 DA OTTOBRE	Ore 19.00 Fit Energy SARA	 DA OTTOBRE
Ore 20.15 Fit Training ROBERTO		Ore 20.00 Pilates VALENTINA				Ore 20.15 Fit Training ROBERTO		Ore 20.00 Pilates VALENTINA	

**Legenda ...per orientarti facilmente nella scelta del corso più adatto a te!**

NOVITA'

AEROBICA  
TONIFICAZIONE

PILATES  
E POSTURALE

DOLCE

**SPINNING SALA 1 abbonamento a ingressi su prenotazione**

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Ore 20.00	Ore 19.30	Ore 19.30	Ore 20.00	Ore 19.30



Starbene Group Srl

Ronchi dei Legionari (GO)

Via G. d'Annunzio, 80

Tel. 0481 776325-777311

[info@starbenergygroup.com](mailto:info@starbenergygroup.com) [www.starbenergygroup.com](http://www.starbenergygroup.com)