

# ATTIVITÀ SPORTIVA GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS

## ORARIO CORSI

(soggetto a variazioni, numero minimo di partecipanti: 3 persone)

Ore	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9.30	GINNASTICA POSTURALE (ginnastica per tutti)		GINNASTICA POSTURALE (ginnastica per tutti)		GINNASTICA POSTURALE (ginnastica per tutti)	
10.30	ACQUAGYM (ginnastica per tutti)		ACQUAGYM (ginnastica per tutti)		ACQUAGYM (ginnastica per tutti)	
13.00	TABATA (ginn. aerobica)	ACQUAGYM (ginnastica per tutti)	PILATES POSTURALE (ginnastica per tutti)	ACQUAGYM (ginnastica per tutti)	GAG (ginnastica per tutti)	
14.00						JUMPING (trampolino elastico)
17.00			ZUMBA (danze freestyle)		ZUMBA (danze freestyle)	CORSI NUOTO BAMBINI INDIVIDUALI DAI 3 ANNI IN SU
18.15	JUMPING (trampolino elastico)	TONIFICAZIONE (ginnastica per tutti)		TABATA (ginn. aerobica)	JUMPING (trampolino elastico)	
18.30	ACQUAGYM (ginnastica per tutti)		ACQUAGYM (ginnastica per tutti)			
18.30			JUMPING (trampolino elastico)			
19.00	ZUMBA (danze freestyle)	ACQUATONE (ginnastica per tutti)		ACQUATONE (ginnastica per tutti)	STRONG (ginnastica aerobica)	PER INFORMAZIONI: 338.9006100
19.00	SPINNING (indoor cycling)	PILATES POSTURALE (ginnastica per tutti)		PILATES POSTURALE (ginnastica per tutti)		
19.15			GAG (ginnastica per tutti)			
20.00				FIT BOXE (gym boxe)		
		<p><b>NUOTO LIBERO TUTTI I GIORNI</b></p>				



# NEW WONDERGYM

## ORARI DI APERTURA

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 9.00/21.30

SABATO 9.00/18.30

DOMENICA 10.00/12.00


La Direzione si riserva il diritto di modificare gli orari dei corsi secondo l'esigenza

## NOVITÀ

SCHEDE **PERSONALIZZATE**  
DIGITALI **GRATUITE**



By EvolutionFit

 Via San Bernardo, 23/e - 26100 Cremona

 Tel e fax: 0372 453343  Mobile: 338 9006100  info@wondergym.it

 New Wondergym  New Wondergym

[www.wondergym.it](http://www.wondergym.it)



**GINNASTICA POSTURALE**  
(Pesistica, Cultura fisica: Cod. CONI CK009)



**PILATES**  
(Pesistica, Cultura fisica: Cod. CONI CK009)



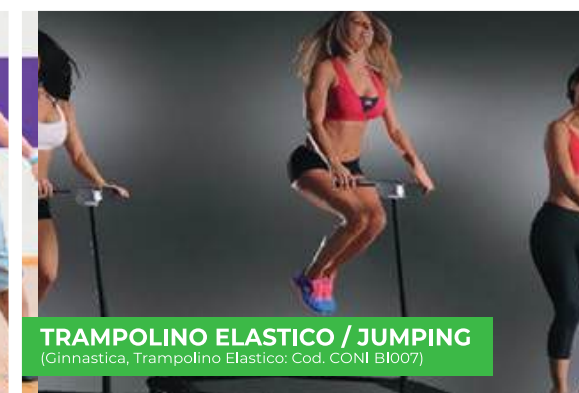
**NUOTO BAMBINI E ADULTI**  
(Sport Acquatici, Nuoto: Cod. CONI DD003)



**ACQUAGYM / GINNASTICA IN ACQUA**  
(Sport Acquatici, Attività Ginnico-Motorie Acquatiche applicative alle discipline del nuoto: Cod. CONI DD001)



**ZUMBA / DANZA SPORTIVA**  
(Danza Sportiva, Danza Freestyle, Disco Dance: Cod. CONI BC005)



**TRAMPOLINO ELASTICO / JUMPING**  
(Ginnastica, Trampolino Elastico: Cod. CONI BI007)



**PALESTRA WONDER  
CREMONA**  
S.S.D. A R.L.

