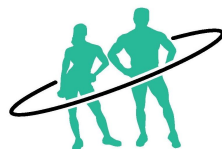


affidabilità ed esperienza

divertiamoci a stare in forma

dal
1998



BODY PLANET

PROGRAMMA CORSI OTTOBRE 2026

www.bodyplanetfitness.it
bodyplanet.taranto@gmail.com

tel 099.7773921 - 328 8488350

ORARI SALA PESI

dal lunedì al venerdì 8,00-12,30 / 16,00-22,00
sabato 8,00-12,30 / 16,30-19,00

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI	
ORARIO	CORSO	ORARIO	CORSO	ORARIO	CORSO
08,30-09,30	pilates Julita	08,30-09,20	posturale 1 Giorgia	08,30-09,30	walking Julita
		09,30-10,20	posturale 2 Giorgia		
16,20-17,10	power fit Samira			16,15-17,05	posturale Giorgia
17,45-18,30	walking Julita	16,20-17,10	dynamic postural Samira	18,30-19,30	cross mobility Paolo
18,45-19,45	kettlebell Andrea	17,20-18,10	pilates Julita		
		18,20-19,10	pilates Julita		
		19,20-20,15	calisthenics Graziano		
GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
ORARIO	CORSO	ORARIO	CORSO	ORARIO	CORSO
08,30-09,20	posturale 1 Giorgia	08,30-09,30	walk tonic Julita		
09,30-10,20	posturale 2 Giorgia				
		16,15-17,05	posturale Giorgia	17,30-18,30	calisthenics Graziano
16,20-17,10	cardiofit training Samira	18,30-19,30	HIIT training Andrea		
18,00-19,00	yoga Julita				
19,20-20,15	calisthenics Graziano				