

SALA 1							VELA FITNESS ASD PROGRAMMA CORSI STAGIONE 2021/2022						
							lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	
09:30	9:30-10:20	9:00-10:00	9:30-10:20	9:00-10:00	9:30-10:20	Corsi di Formazione							
	Pilates & Postural	Postural *sede Rivale	Aero/Step L.I.	Postural *sede Rivale	Pilates & Postural								
17:00	16:45 - 18:15	16:30 - 17:45	16:45 - 18:15	16:30 - 17:45	16:30 - 18:30								
	Danza (11-14) 3 Grado ISTD	ACCADEMIA	Danza (11-14) Classico 1°C	ACCADEMIA	Danza (11-14) Classico 1°C								
18:50		17:50-18:40		17:50-18:40		Corsi di Formazione							
		Pilates Barre		Pilates Barre									
19:40	18:50-19:40	18:50-19:40	18:50-19:40	18:50-19:40	18:50-19:40	Stage Danza							
	GAG	Power Pump 3x3	Aero/Step Dance H.I.	Total Body	Fit Boxe								
20:30	19:45-20:35	19:45-20:35	19:45-20:35	19:45-20:35									
	Fit Cross & Functional	Pilates Revolution	Fit Cross & Functional	Pilates Revolution									
20:45-22:00													
* LEZIONI DI PROVA CON CAUZIONE - * GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI													
SALA 2							VELA FITNESS ASD PROGRAMMA CORSI STAGIONE 2021/2022						
							lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	
09:30	9:30-10:20		9:30-10:20		9:30-10:20								
	Pilates & Postural		Aero/Step L.I.		Pilates & Postural								
16:30	16:00-17:00		16:00-17:00										
	Danza		Danza										
18:00		16:30-17:20		16:30-17:20									
		Danza (3-5)		Danza (3-5)									
18:30		17:30-18:30		17:30-18:30									
		Danza		Danza									
19:30		18:50-19:40		18:50-19:40									
		YogaFit		YogaFit									
	20:00 - 21:30	20:30 - 21:30	20:00 - 21:30		19:00 - 20:30								
	Danza (dai 15)	Salsa Base*	Danza (dai 15)		Classico (dai 15)								
		21:00 - 22:00											
		Salsa Avanz*											
SALA PESI	dal Lunedì al Venerdì		09:00 – 21:00		(*) corsi speciali								
ORARIO	Sabato :		CHIUSO										
DAL 01/09	Domenica :		CHIUSO		paccchetto								



VELA FITNESS ASD

Via Roma,41 – 35010 – Vigodarzere (Padova)

☎ 324.9864690

✉ info@velafitness.it

✉ infovelafitness@gmail.com

f Vela Fitness asd

🌐 www.velafitness.it

✉ vela@pec.velafitness.it

📷 @velafitnessasd

SCEGLI IL TUO PERCORSO:

	DANZA: BIMBI (3-5 ANNI)
	DANZA: DANZA (6-7 ANNI)
	DANZA (da 8 ANNI in poi)
	SALSA ADULTI

	PILATES / POSTURAL / YOGA / OLISTICO
	FITNESS MUSICALE / TONIFICAZIONE / FUNZIONALE
	FITNESS MUSICALE / AEROBICA STEP COREO