



ORARIO CORSI STAGIONE 2019/2020

Peacock Club - Via Francesco D'Ovidio 35 a - 06.82 059 084

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9:00-10:00 PILATES	9:00 - 10:00 POSTURALE	9:00-10:00 PILATES	9:00 - 10:00 POSTURALE	9:00-10:00 PILATES	
10:00 - 11:00 SOFT GYM	10:00 - 11:00 TOP GYM	10:00 - 11:00 SOFT GYM	10:00 - 11:00 TOP GYM	10:00 - 11:00 SOFT GYM	10:30 - 11:30 BUTT WORKOUT
11:00 - 12:00 TOTAL BODY		11:00 - 12:00 TOTAL BODY		11:00 - 12:00 TOTAL BODY	
13:40 - 14:30 STEP TONE	13:40 - 14:30 PILATES	13:40 - 14:30 FAT BURN	13:40 - 14:30 PILATES	13:40 - 14:30 POSTURALE	
15:00 - 16:00 KETTLEBELL HSTYLE		15:00 - 16:00 KETTLEBELL HSTYLE		15:00 - 16:00 KETTLEBELL HSTYLE	
	16:00 - 17:00 HIIT ME UP		16:00 - 17:00 HIIT ME UP		
17:30 - 18:30 KETTLEBELL TRAINING	17:00 - 18:00 JU JITSU CHILD	17:30 - 18:30 KETTLEBELL TRAINING	17:00 - 18:00 JU JITSU CHILD	17:30 - 18:30 KETTLEBELL TRAINING	
18:30 - 19:30 STEP TONE	18:30 - 19:30 PILATES	18:30 - 19:30 STEP TONE	18:30 - 19:30 PILATES	18:30 - 19:30 STEP TONE	
19:30- 20:30 COMBAT TRAINING	19:30 - 20:30 	19:30 - 20:30 COMBAT TRAINING	19:30 - 20:30 	19:30 - 20:30 COMBAT TRAINING	
20:30 - 21:15 S.V.C. PROGRAM	20:30 - 21:30 MOBILITY	20:30 - 21:15 S.V.C. PROGRAM		20:30 - 21:15 S.V.C. PROGRAM	

Jail - Sede n°2

20.30 - 21.30		20.30 - 21.30		20.30 - 21.30	
KETTLEBELL HARD STYLE		KETTLEBELL HARD STYLE		KETTLEBELL HARD STYLE	

La direzione si riserva il diritto di apportare delle modifiche agli orari e alle tipologie di lezioni

Tutti si svolgeranno con un minimo di 4 persone

I corsi si terranno dal 09/09/2019 al 10/07/2020 ad esclusione del periodo Natalizio dal 24/12/2019 al 06/01/2020

E' obbligatorio: il Certificato medico di attività non agonistica, uso dell'asciugamano, scarpe dedicate alle attività fitness

E' VIETATO accedere alle sale senza essersi cambiati le scarpe - tutti i dettagli nel regolamento

Da Sapere...



Sede Master Peacock Club



Via Francesco D'Ovidio 35/A

06 82 059 084



Seconda Sede Peacock Club



Via Nomentana, 858



Peacock Club Talenti



Whatsapp Segreteria

0682059084

RUNNING GROUP



391 476 10 81 Fabiana

Convenzione Cisalfa

Sconto 25% richiedici card

LEZIONI PRIVATE

info in segreteria

Ai corsi di kettlebell & S.V.C. si accede solo previo prova individuale da prenotare

ORARIO PALESTRA

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 7:30 - 22:30

SABATO 9:00 - 18:00

DOMENICA 10:00 - 14:00

CHIUSURE ANNUALI SUL SITO

PEACOCKCLUB.it