CIRCOLO CANOTTIERI ROMA

PALESTRA
Sala pesi e fitness

	GIORNI FREQUENZA	ORARIO	INSEGNANTE	LUOGO
SALA PESI	DAL LUNEDI' ALLA DOMENICA	07.00 - 22.00	**PAOLO MALFATTI SIMONE IANZINI**	SALA ISOTONICA
PILATES	LUNEDI' E GIOVEDI'	14.00 - 15.00	**DANIELA BERNARDINI**	PALESTRA LATO FIUME
PRE-PUGILISTICA	MARTEDI' E GIOVEDI'	19.00 – 20.00	**PAOLO MALFATTI**	PALESTRA LATO FIUME
SPINNING*	MERCOLEDI'	17.00 – 18.00	**PAOLO MALFATTI**	SALA ISOTONICA
ATLETICA	GIOVEDI'	08.15 – 09.15	**PAOLO MALFATTI**	SALA ISOTONICA

***Il corso di spinning inizierà non appena si raggiungeranno almeno 3 iscritti, coloro i quali siano già iscritti al corso, verranno avvisati tramite mail non appena si raggiungerà la quota minima.**

L'assistenza nella sala pesi sarà curata da Simone Ianzini nei seguenti giorni ed orari:

dal lunedì al venerdì	12:30 – 15:00 / 18:00 – 20:00
sabato	10:00 – 13:00

È possibile contattare **Simone Ianzini** per programmare eventuali lezioni private, al di fuori degli orari sopraindicati, al numero **+39 338 821 9316.**

È possibile contattare **Paolo Malfatti** per programmare eventuali lezioni private, anche negli orari sopraindicati, al numero **+39 339 360 9310.**