



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
07:30 TOTAL BODY	08:00 POSTURALE	07:30 TOTAL BODY	08:00 POSTURALE	07:30 TOTAL BODY
08:45 BODY PUMP	08:45 CORSA INDOOR	08:45 BODY PUMP	08:45 CORSA INDOOR	08:45 BODY PUMP
09:00 ACQUAGYM	09:00 ACQUAGYM	09:00 YOGA	09:00 ACQUAGYM	09:00 YOGA
10:00 GINNASTICA	10:00 POSTURALE	09:00 ACQUAGYM	09:00 POSTURALE	09:00 ACQUAGYM
KICKBOXING	10:00 BODY PUMP	10:00 GINNASTICA	10:00 BODY PUMP	10:00 GINNASTICA
14:00 ACQUAGYM	14:00 ACQUAGYM	10:00 KICKBOXING	14:00 ACQUAGYM	10:00 KICKBOXING
FUNZIONALE	H.I.I.T.	14:00 ACQUAGYM	H.I.I.T.	14:00 ACQUAGYM
14:30 BIKING PROGRAM	15:30 KICKBOXING	FUNZIONALE	15:30 KICKBOXING	FUNZIONALE
16:10 GINNASTICA	16:30 NUOTO BIMBI	14:30 BIKING PROGRAM	16:30 NUOTO BIMBI	14:30 BIKING PROGRAM
17:00 BABY KICK	17:00 BOXE giovanile	16:10 GINNASTICA	17:00 BOXE giovanile	16:10 GINNASTICA
CORSA INDOOR	NUOTO BIMBI	17:00 BABY KICK	NUOTO BIMBI	17:00 BABY KICK
GLUTE SCULPT	17:45 REGGAETON	CORSA INDOOR	17:45 REGGAETON	CORSA INDOOR
NUOTO BIMBI	18:00 CORSA INDOOR	GLUTE SCULPT	18:00 CORSA INDOOR	GLUTE SCULPT
17:50 GINNASTICA	18:30 BIKING PROGRAM	NUOTO BIMBI	18:30 BIKING PROGRAM	17:50 GINNASTICA
NUOTO BIMBI	BOXE	17:50 GINNASTICA	18:30 BOXE	18:00 CORSA INDOOR
18:00 CORSA INDOOR	19:00 CORE TRAINING	NUOTO BIMBI	19:00 CORE TRAINING	KICKBOXING junior
KICKBOXING junior	19:30 H.I.I.T.	18:00 CORSA INDOOR	19:30 H.I.I.T.	18:30 BIKING PROGRAM
18:30 BIKING PROGRAM	STRETCHING	KICKBOXING junior	20:30 STRETCHING	18:40 ACQUAGYM
18:40 ACQUAGYM	19:45 ACQUAGYM	18:30 BIKING PROGRAM	19:45 ACQUAGYM	19:00 BOXE
19:00 BOXE	20:30 GINNASTICA	18:40 ACQUAGYM	20:30 GINNASTICA	FUNZIONALE
FUNZIONALE		19:00 BOXE		19:30 ACQUAGYM
19:30 ACQUAGYM		FUNZIONALE		KICKBOXING
KICKBOXING		19:30 ACQUAGYM		19:40 BIKING PROGRAM
19:40 BIKING PROGRAM		KICKBOXING		
		19:40 BIKING PROGRAM		

BODY BUILDING e CARDIO dal lunedì al venerdì 7:00/21:30 sabato 8:00/14:00

SWIM 'N' SWING - su prenotazione

CALCIO A 5 - su prenotazione



UNIVERSITY



VIA BULGARIA 15/B QUARTU SANT'ELENA (CA)

SEGRETERIA dal lunedì al venerdì 7:00/22:00 sabato 8:00/14:00

070 828666 327 4471313



WWW.PALESTRAUNIVERSITY.IT



newuniversity2022@gmail.com