

# CENTER LINE ROMA

Società Sportiva Dilettantistica

Viale delle Medaglie d'Oro, 83 - 00136

Tel. 06-39735282 - WhatsApp 3499361221

[tauruscenterline@tin.it](mailto:tauruscenterline@tin.it) - [www.centerlinepalestra.com](http://www.centerlinepalestra.com)

## FITNESS

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
09:00	GINN. DOLCE Federico		GINN. DOLCE Federico		GINN. DOLCE Federico		
13:30	FUNCTIONAL TRAINING Lorenzo		FUNCTIONAL TRAINING Lorenzo		FUNCTIONAL TRAINING Marco P.		
16:45						Zumba Mark*	
18:00	CENTERED YOGA Tecla		Zumba Mark		CENTERED YOGA Tela		
19:00	TOTAL BODY Francesca	FUNCTIONAL TRAINING Marco	G.A.G Francesca	FUNCTIONAL TRAINING Marco	PUMP Francesca		
20:00	PILATES Terence	POSTURALE Marco C. 30 min	PILATES Terence	POSTURALE Marco C. 30 min			

## INDOOR CYCLING ROWING

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
18:00	PENTATHLON Alex		PENTATHLON Alex		PENTATHLON Alex		
19:00	ROWING Alex	PENTATHLON Alex	ROWING Alex	PENTATHLON Alex	ROWING Alex		
20:00	INDOOR CYCLING Maurizio						

\* Lezione non inclusa nell'abbonamento

LE LEZIONI SI SVOLGONO CON UN NUMERO MINIMO DI 5 PERSONE

LA PROGRAMMAZIONE PUO' SUBIRE VARIAZIONI A SECONDA DELLE ESIGENZE

ASSISTENZA SALA ISOTONICA  
MEDICO E NUTRIZIONISTA IN SEDE  
PARCHEGGIO MOTOCICLI GRATUITO  
SERVIZIO ASCIUGAMANI  
SERVIZIO DI PERSONAL TRAINING

**SIAMO APERTI TUTTO L'ANNO TRANNE POCHI FESTIVI!!!**

LUN-VEN 8:00-22:30 SABATO 9:00-19:00

DOMENICA 10:00 - 13:00 (dalla 1° di Ottobre alla 1° di Giugno)