

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato	
Sala Fitness 1	Sala Fitness 2	Sala Fitness 1	Sala Fitness 2	Sala Fitness 1	Sala Fitness 2	Sala Fitness 1	Sala Fitness 2	Sala Fitness 1	Sala Fitness 2	Sala Fitness 1	Sala Fitness 2
		7.45 Natascia Pilates				7.45 Natascia Pilates					
	★ 8.30 Nicholas Movement				★ 8.30 Nicholas Movement				★ 8.30 Nicholas Movement		
9.00 Antonella Postural Gym	9.30 Raffaella Zumba	9.00 Natascia Pilates		9.00 Antonella Postural Gym	9.30 Raffaella Zumba	9.00 Natascia Pilates		9.00 Antonella Postural Gym	9.30 Raffaella Zumba	9.00 Natascia pilates	
10.00 Antonella Cardio Fitness	10.30 Raffaella All. Funzionale		★ 10.30 <i>Adulti</i> Paolo Agility Power	10.00 Antonella Total Body	10.30 Raffaella All. Funzionale		★ 10.30 <i>Adulti</i> Paolo Agility Power	10.00 Antonella CardioFunzionale	10.30 Raffaella All. Funzionale	10.00 Natascia Pilates	
	12.30 Raffaella All. Funzionale				12.30 Raffaella All. Funzionale				12.30 Raffaella All. Funzionale		
13.30 Vanessa Pump				13.30 Vanessa All. Funzionale				13.30 Vanessa Tonificazione			
											★ 14.30 <i>Ragazzi</i> Paolo Agility Power
15.30 Stefano Aerobic Tone		15.00 Antonella Postural Gym		15.30 Stefano Tonificazione		15.00 Antonella Postural Gym		15.30 Stefano Tonificazione			
		16.00 Loredana Circuit Funzion.				16.00 Loredana Circuit Funzionale					
	★ 17.00 <i>Ragazzi</i> Roberto HMD	17.00 Giulia Fit Boxe Tone		★ 17.00 <i>Ragazzi</i> Roberto HMD	★ 17.00 <i>Ragazzi</i> Paolo Agility Power	17.00 Giulia Fit Boxe Tone			★ 17.00 <i>Ragazzi</i> Roberto HMD		
17.30 Antonella Cardio Fitness		18.00 Giulia Pump		18.00 Antonella Total Body Funz	18.30 Raffaella All. Funzionale	18.00 Giulia Pump	★ 18.20 <i>Ragazzi</i> Marco Karate Shot	17.30 Antonella Push Power			
18.30 Antonella Postural Gym	18.30 Raffaella All. Funzionale	19.00 Natascia Pilates	★ 18.20 <i>Ragazzi</i> Marco Karate Shot	19.00 Antonella Postural Gym	19.30 <i>Avanz.</i> Raffaella All. Funzionale	19.00 Natascia Pilates	★ 19.20 <i>Adulti</i> Marco Karate Shot	18.30 Antonella Postural Gym	18.30 Raffaella All. Funzionale		
★ 19.30 Stefano Alessandro Muay T. Boran	19.30 <i>Avanz.</i> Raffaella All. Funzionale		★ 19.20 <i>Adulti</i> Marco Karate Shot	★ 20.00 Stefano Alessandro Muay T. Boran	★ 20.30 <i>Princ</i> Paolo Salsa Bachata		★ 20.40 <i>Adulti</i> Paolo Agility Power	★ 19.30 Stefano Alessandro Muay T. Boran	19.30 <i>Avanz.</i> Raffaella All. Funzionale		
			★ 20.40 <i>Adulti</i> Paolo Agility Power		★ 21.30 <i>Avanz</i> Paolo Salsa Bachata						

N.B. i corsi contrassegnati con ★ prevedono un abbonamento specifico

le lezioni di Walking DEVONO ESSERE PRENOTATE