

2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENEDI'	SABATO
9.30-10.15 STEP Marco	9.00-10.00 POSTURALE Andrea	9.30-10.15 SPINNING Fede	9.00-9.45 POSTURALE Fede	9.00-10.00 POSTURALE Andrea	9.30-10.30 YOGA Alice
10.15-11.00 MIXTONIC Marco		10.15-11.00 PILOGA Fede	10.00-10.45 GAG Silvia		11.00-12.00 FITBOXE Vale
13.00-13.45 SPINN & TONE Fede	13.00-13.45 FAT KILLER Marco	13.00-13.45 INSANITY Fede	13.00-13.45 SPINNING Fede	13.00-13.45 MIXTONIC Roby	14.30-15.15 STEP Marco
14.00-14.45 AERIAL PILATES Irina	13.45-14.00 ABD KILLER Marco	13.45-14.30 PILOGA Fede	13.50-14.00 ABD KILLER Fede	13.45-14.00 ABD KILLER Roby	15.30-17.00 KICKBOXING Vale
15.00-15.45 AERIAL PILATES Irina	15.00-15.45 PILOGA Fede		15.00-15.45 PILATES Irina		17.00-18.30 SPARRING Vale
	17.00-17.45 AERIAL PILATES Irina	17.30-18.00 FIT PUMP Roby	17.30-17.40 ABD KILLER Marco		TONIFICAZIONE
17.30-18.15 STRONG Kike	17.50-18.00 ABD KILLER Fede	18.00-18.45 STRONG Kike	17.45-18.15 GAG Marco	18.00-18.45 ZUMBA Kike	CARDIOTRAINING
18.15-19.00 MIXTONIC Kike	18.00-18.45 MIXTONIC Fede	18.45-19.30 ZUMBA Kike	18.15-19.00 STEP Marco	18.45-19.30 STRONG Kike	MENTE&CORPO POSTURA/BENESSERE
19.00-19.45 ZUMBA Kike	18.45-19.30 PILOGA Fede		19.00-19.45 FAT KILLER Marco	19.30-20.15 SPINNING Fede	CORE TRAINING
20.00-21.00 FITBOXE Vale	19.30-20.15 SPINNING Fede	20.00-21.00 FITBOXE Vale	20.00-21.30 KICKBOXING Vale		SPINNING INDOOR
					ORARI DI APERTURA:
					LUN-VEN 6.00 - 23.00
					SAB 7.00 - 19.00
					DOM 7.00 - 13.00
					★ CORSO SU PRENOTAZIONE

la direzione si riserva la facoltà di variare o sospendere le attività in qualsiasi momento. Le attività di gruppo sono attive con un minimo di 3 partecipanti