

BENTORNATI

TERRAZZA

CASTELLO

SMALLGROUP

PISCINA

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

DOMENICA
SABATO
VENERDÌ

9.30	Ginnastica Estetica Giulia					10.30	AcquaGym Giulia
17.00	Functional training Giulia	13.30	Cross Training Carlandrea	13.30	Group Cycling Mario		
18.30	Cyclex Mario	18.15	Pilates Matwork Giuliano	16.00	Karate Bambini Umberto		
20.00	Functional Training Michele	19.15	Ginnastica a corpo libero Giuliano	19.00	MMA Michele		
9.30	Posturale Maurizio						
17.00	Ginnastica Estetica Cristina	13.30	Ginnastica a corpo libero Giuliano				
17.40	Dance Fitness Cristina	18.40	Posturale Giustino	17.00	In Movimento Giulia	13.30	AcquaFitness Giulia
18.10	Walking Mario			19.00	Kick Boxing Giuseppe		
19.00	Cross Training Carlandrea			19.40	Small Cross Training Avanzato	19.00	Idrobike Giulia
9.30	Ginnastica a circuito Muscolare Giuliano						
10.30	Pilates Matwork Giuliano					10.30	Idrobike Giulia
13.30	Cyclex Mario						
		13.30	Circuito muscolare Carlandrea	17.00	Group Cycling Mario	18.00	AcquaCircuit Giulia
17.20	Duathlon Mario	19.15	Bootcamp Giulia	19.00	Krav Maga Giuseppe		
18.20	Functional Training Michele						
13.30	Posturale con Giustino	13.30	Ginnastica a circuito Muscolare Giuliano	16.00	Karate bimbi Umberto	13.30	Idrobike Giulia
17.00	Ginnastica Estetica Cristina						
17.40	Dance Fitness Cristina			17.00	In Movimento Giulia	19.00	AcquaFitness Giulia
18.10	Walking Mario			19.00	Kick Boxing Giuseppe		
19.00	Cross Training Base Carlandrea			19.40	Small Cross Training Avanzato		
9.30	Ginnastica Estetica Giulia			13.30	Group Cycling Mario		
10.30	Walking Mario	18.15	Pilates Matwork Giuliano	16.00	Bimbi in Movimento Emma	10.30	AcquaGym Giulia
17.00	Functional Training Giulia	19.15	Ginnastica a circuito Muscolare Giuliano	19.00	MMA Michele		
18.15	Cyclex Mario						
10.30	Cyclex Mario						
				9.30	Cross Training Carlandrea		
				10.00	Total Body Avanzato Giulia		
9.30	SPECIAL CLASS						

Abbonamento
Corsi

Abbonamento sala
+
Corsi

Small Group
a pagamento

Lunedì-Venerdì
9.00 - 20.00

Orari attività:
Sabato
09.00-19.00

Domenica
09.00 - 13.00