

LUNEDÌ		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
7:00 Corpo Libero Diego		9:00 Heat Ilaria
8:20 Total Body Raffa	8:00 Posturale Luca	
10:00 Total Body Antonella		
11:00 Posturale Luca		
13:30 Total Body Elena		13:30 Heat Isa
14:30 Glutei 30' Elena		
	18:00 Hata Yoga Romina	
18:30 Dynamic Power Ademaro		18:30 Heat Loriana
19:30 Addome 30' Ademaro		19:30 Group Cycling Luca
	20:00 Prepugilistica Roberto Sala perf	

MARTEDÌ		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
8:30 Matwork Pilates Paola	10:00 Addome Ademaro Sala perf	7:00 Group Cycling Marcello
9:30 Corpo Libero Luca	10:30 Glutei Ademaro Sala perf	
10:30 Posturale Luca	10:30 Hata Yoga Romina	
	11:00 Braccia Ademaro Sala perf	
13:30 Aeroboxe Pino	13:00 Matwork Pilates Valentina	13:30 Group Cycling Marcello
17:00 Corpo Libero Luca		
18:00 Posturale Luca	18:00 Matwork Pilates Valentina	18:30 Group Cycling Silvia
19:00 Addome Glutei Ademaro		
	20:00 Hip hop Margherita	19:40 Heat Tony

MERCOLEDÌ		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
7:00 Corpo Libero Diego		7:15 Heat Azzurra
8:20 Total Body Raffa	8:00 Posturale Luca	9:00 Heat Ilaria
10:00 Total Body Antonella		
11:00 Posturale Luca	12:00 Corpo Libero Luca	
13:30 Body Pump Elena	13:00 Matwork Pilates	13:30 Heat Tony
14:30 Addome 30' Elena		
18:30 Dynamic Power Ademaro	18:00 Hata Yoga Romina	18:30 Heat Giordana
19:30 Glutei 30' Ademaro		19:30 Group Cycling Luca
20:00 Prepugilistica Roberto Sala perf		

GIOVEDÌ		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
8:30 Matwork Pilates Paola	10:00 Addome Ademaro Sala perf	7:00 Group Cycling Marcello
9:30 Corpo Libero Luca	10:30 Glutei Ademaro Sala perf	
10:30 Posturale Luca	10:30 Hata Yoga Romina	13:30 Group Cycling Marcello
	11:00 Braccia Ademaro Sala perf	
13:30 Aeroboxe Pino	13:00 Matwork Pilates Valentina	
17:00 Corpo libero Luca	18:00 Matwork Pilates Valentina	
18:00 Posturale Luca	20:00 Hip hop Margherita	18:30 Group Cycling Silvia
19:00 Addome Glutei Ademaro		19:40 Heat Tony

VENERDÌ		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
7:00 Corpo Libero Diego		
8:20 Total Body Raffa	8:00 Posturale Luca	
10:00 Total Body Antonella		9:00 Heat Isa
11:00 Posturale Luca		
13:30 Total Body Elena		13:30 Heat Paolo
14:30 Glutei '30 Elena		
18:30 Dynamic Power Ademaro	18:00 Hata Yoga Romina	18:30 Heat Loriana
19:30 Addome 30' Ademaro	20:00 Prepugilistica Roberto Sala perf	19:30 Group Cycling Luca

SABATO		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
10:00 Corpo Libero Diego	9:00 Hata Yoga Romina	10:00 Group Cycling Marco
	12:00 Matwork Pilates Valentina	15:00 Heat Azzurra

DOMENICA		
SALA ARANCIO	SALA DANZA	SALA HEAT & GROUP CYCLING*
		10:30 Group Cycling
		12:00 Heat

(*i corsi svolti in questa sala si intendono a prenotazione

SPECIAL CLASS

LUNEDÌ		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
	7:00 Alessandro	
	9:00 Giulio	
	13:30	12:00 Pancafit Luca*
	18:00 Diego	
19:30 Domenico	19:00 Alessandro	

MARTEDÌ		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
9:30 Paola	8:30 Diego	16:30 Hip hop bimbi
		17:30 Hip hop bimbi
19:00 Valentina	19:00 Giulio	
	20:00 Lorenzo	20:00 Kung fu Sala Arancio

MERCOLEDÌ		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
	7:00 Alessandro	
	9:00 Giulio	
	13:30 Diego	
	18:00 Diego	
19:30 Domenico	19:00 Alessandro	

GIOVEDÌ		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
9:30 Paola	8:30 Diego	16:30 Hip hop bimbi
		17:30 Hip hop bimbi
19:00 Valentina	19:00 Giulio	
		20:00 Kung fu Sala Arancio
	20:00 Lorenzo	20:00 Sub

VENERDÌ		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
	7:00 Alessandro	
	9:00 Giulio	
	13:30	
	18:00 Diego	
	19:00 Alessandro	

SABATO		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO
11:00 Valentina	11:00 Diego	

DOMENICA		
STUDIO PILATES REFORMER*	SALA AREA PERFORMANCE*	CORSI A PAGAMENTO

*(*i corsi svolti in questa sala si intendono a prenotazione)*