

| LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI | GIOVEDI' | VENERDI | SABATO | DOMENICA |
|---|---|--|---|---|---|---|
| 08:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | 09:30 <i>POSTURALE</i> PAOLA | 08:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | 09:30 <i>PILATES</i> PAOLA | 08:30 <i>POSTURALE</i> SI MONETTA | 08:30 <i>PILATES</i> PAOLA | 10:00 <i>FITNESS</i> A ROTAZIONE |
| 08:30 <i>PILATES</i> PAOLA | 11:30 <i>YOGA</i> TI ZI AND | 09:30 <i>TONIFICAZIO</i> PATRIZIO | 11:30 <i>YOGA</i> TI ZI AND | 08:30 <i>CROSS TRAINING</i> LUCA | 08:30 <i>INDOORTREK</i> SI MONETTA | |
| 09:30 <i>SPINNING</i> CINZIA | 13:30 <i>SPINNING</i> CINZIA | 10:30 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | 13:30 <i>SPINNING</i> CINZIA | 09:30 <i>SPINNING</i> CINZIA | 10:00 <i>TONIFICAZIO</i> PATRIZIO | |
| 09:30 <i>TONIFICAZIONE</i> PATRIZIO | 16:30 <i>YOGA</i> TI ZI AND | 10:30 <i>POSTURALE</i> SARA | 16:30 <i>YOGA</i> TI ZI AND | 09:30 <i>TONIFICAZIONE</i> PATRIZIO | 11:30 <i>SPINNING</i> CINZIA | |
| 10:30 <i>POSTURALE</i> MANUELA | 17:30 <i>FUNZIONALE</i> SI MONETTA | 16:30 <i>PILATES</i> PAOLA | 17:30 <i>G.A.G</i> SI MONETTA | 16:30 <i>PILATES</i> PAOLA | | |
| 16:30 <i>PILATES</i> PAOLA | 18:30 <i>FUNCTIONAL TRAINING</i> ROBERTO | 17:30 <i>STEP DANCE</i> SABRINA | 18:30 <i>FUNCTIONAL TRAINING</i> ROBERTO | 17:30 <i>FITNESS DANCE</i> SABRINA | | |
| 17:30 <i>TONIFICAZIONE</i> SABRINA | 18:30 <i>SPINNING</i> STEFANO | 18:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | 18:30 <i>SPINNING</i> STEFANO | 18:30 <i>SPINNING</i> DANIELA | | |
| 18:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | 19:30 <i>SPINNING</i> STEFANO | 18:30 <i>SUPER JUMP</i> MARI DA | 19:30 <i>SPINNING</i> STEFANO | 18:30 <i>FUNCTIONAL JUMP</i> MARI DA | | |
| 18:30 <i>FUNCTIONAL JUMP</i> MARI DA | | 18:30 <i>SPINNING</i> STEFANO | 19:00 <i>ROWING</i> FABRIZIO | 18:30 <i>CROSS TRAINING</i> LUCA | | |
| 19:00 <i>PREPUGILISTICA</i> STEFANO | | 19:00 <i>ROWING</i> FABRIZIO | | 19:00 <i>PREPUGILISTICA</i> STEFANO | | |
| 18:30 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | 19:00 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | 18:30 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | |
| 19:00 <i>ROWING</i> FABRIZIO | | 19:00 <i>PREPUGILISTICA</i> STEFANO | | 19:30 <i>CROSS TRAINING</i> LUCA | | |
| 19:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | | 19:30 <i>CROSS TRAINING</i> MANUELA | | 19:30 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | |
| 19:30 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | 20:00 <i>STRIDING</i> ARI ANNA | | 19:30 <i>TOTAL TONE</i> MARI DA | | |
| 19:30 <i>TOTAL TONE</i> MARI DA | | | | | | |

LE ATTIVITA' POSSONO SUBIRE VARIAZIONI.