

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			
ACQUA	ARIA	FUOCO	ACQUA	ARIA	FUOCO	ACQUA	ARIA	FUOCO	ACQUA	ARIA	FUOCO	ACQUA	ARIA	FUOCO	
M A T T I N O		FUNCTIONAL TRAINING 07:15					FUNCTIONAL TRAINING 07:15								
		PILATES 08:30	WALK & TONE 08:25	POSTURALE 08:30	TON UP 08:25		PILATES 08:30	WALK & TONE 08:25	POSTURALE 08:30	TON UP 08:25					
	GINNASTICA DOLCE 09:15	SOFT GYM 09:30		GINNASTICA CARDIO - VASCOLARE 09:30	PILATES 09:30		GINNASTICA DOLCE 09:15	SOFT GYM 09:30		GINNASTICA CARDIO - VASCOLARE 09:30	PILATES 09:30		GINNASTICA PRE-PARTO 09:30		
				PALESTRA DELLA SALUTE 10:30	PILATES 10:30					PALESTRA DELLA SALUTE 10:30	PILATES 10:30		GINNASTICA POST-PARTO 10:30		
P R A U S O															
	FUNCTIONAL TRAINING 12:45	GAG 12:40	SPINNING 12:30		PILATES 12:45	WALK & TONE 12:30	FUNCTIONAL TRAINING 12:45	POWER YOGA 12:45	SPINNING 12:30	STEP & TONE 12:45	PILATES 12:45	WALK & TONE 12:30	FUNCTIONAL TRAINING 12:45	POWER YOGA 12:45	
P O M E R I G G I O						DANZA CLASSICA AVANZATO 15:30							PSICO-MOTRICITÀ 15:30		
	GIOCO DANZA 16:30	CALISTHENICS RAGAZZI 16:15		DANZA CLASSICA BAMBINI 16:30	CALISTHENICS BAMBINI 16:15		GIOCO DANZA 16:30	CALISTHENICS RAGAZZI 16:15		DANZA CLASSICA BAMBINI 16:15	CALISTHENICS BAMBINI 16:15		PSICO-MOTRICITÀ 16:30		
	STRETCH & TONE 17:30	BRUCIA E TONIFICA 17:15		DANZA MODERNA 17:15	STRETCH & TONE 17:30	WALKING 17:15	YOGA BAMBINI 17:30	BRUCIA E TONIFICA 17:15			STRETCH & TONE 17:30	WALKING 17:15	PSICO-MOTRICITÀ 17:30	STEP BASE 17:15	
	ZUMBA FITNESS 18:30	BRUCIA E TONIFICA 18:15	SPINNING 18:15	PILATES 18:30	JUMPING FITNESS 18:30	WALKING 18:45	BRUCIA E TONIFICA 18:15	STEP 18:15	SPINNING 18:15	DANZA INTERMEDI 18:30	PILATES 18:30	WALKING 18:45		JUMPING FITNESS 18:15	SPINNING 18:30
	HATHA YOGA 19:30	STEP 19:15	SPINNING 19:30	PILATES 19:30	DANZA INTERMEDI 19:30	TOTAL SPINNING 19:45	AEROBICA AFROLATINA 19:15	POWER FIT 19:30	SPINNING 19:30	DANZA ADULTI 19:30	PILATES 19:30	TOTAL SPINNING 19:45	AEROBICA AFROLATINA 19:15	PILATES 19:15	
	MEDITAZIONE A COLORI 20:30	LATINO AMERICANO 20:30		PRESCIISTICA 20:30	DANZA AVANZATO 20:30		AUTODIFESA 20:30	LATINO AMERICANO 20:30		PRESCIISTICA 20:30	LATINO AMERICANO 20:30				

\* NUOVE ATTIVITÀ \*