

LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'		
ARIA			ACQUA			FUOCO			ARIA			ACQUA		
M A T T I N O				FUNCTIONAL TRAINING 06 : 50					FUNCTIONAL TRAINING 06 : 50					
	PILATES 8 : 20	POSTURALE 8 : 30	WALK & TONE 8 : 25	TONE UP 8 : 25			PILATES 8 : 20	POSTURALE 8 : 30	WALK & TONE 8 : 25	TONE UP 8 : 25			POSTURALE 8 : 30	
	SOFT GYM 9 : 30	GINNASTICA DOLCE 9 : 15		PILATES 9 : 30			SOFT GYM 9 : 30	GINNASTICA DOLCE 9 : 15		PILATES 9 : 30				
				PILATES 10 : 30	POST PARTO 10:30					PILATES 10 : 30	POST PARTO 10.30			
P R A N Z A														
	G.A.G 12 : 40		SPINNING 12 : 30	PILATES 12 : 45			FUNZIONALE 12 : 40		SPINNING 12 : 30	PILATES 12 : 45		WALK & TONE 12 : 30	FUNZIONALE 12 : 40	
P O M E R I G I O					DANZA CLASSICA AVANZATA 15 : 15								DANZA BAMBINE 16 : 45	TEATRO BAMBINI 16 : 30 NEW
	CALISTHENICS RAGAZZI 16 : 00	DANZA CLASSICA 16 : 20 NEW		TEATRO BAMBINI 16 : 30 NEW	GIOCO DANZA 16 : 30		CALISTHENICS RAGAZZI 16 : 00	DANZA CLASSICA 16 : 20		CALISTHENICS BAMBINI 16 : 30				YOGA PER LO SPORT 17 : 45 NEW
	BRUCIA & TONIFICA 17 : 15	STRETCH & TONE 17 : 30		STRETCH & TONE 17 : 30	PERSONAL PILATES 17 : 30	WALKING 17 : 15	BRUCIA & TONIFICA 17 : 15	TOTAL BODY STEP 17 : 30		STRETCH & TONE 17 : 30	TOTAL BODY STEP 17 : 30	WALKING 17 : 15	DANZA RAGAZZE 18 : 00	SPINE YOGA 19 : 15 NEW
	BRUCIA & TONIFICA 18 : 15	POUND FITBALL 18 : 30	SPINNING 18 : 15	JUMPING 18 : 30	PILATES 18 : 30	WALKING 18 : 45	BRUCIA & TONIFICA 18 : 15	STEP 18 : 20	SPINNING 18 : 15	PILATES 18 : 30	TOTAL BODY 18:30	WALKING 18 : 45		SPINNING 18 : 30
	STEP 19 : 30	REVOLUTION SAMBA FIT 19 : 30	SPINNING 19 : 30	PILATES 19 : 30	DANZA RAGAZZI 19 : 30	TOTAL SPINNING 19 : 45	POWER FIT 19 : 20	REVOLUTION SAMBA FIT 19 : 30	SPINNING 19 : 30	PILATES 19 : 30	BALLI DI GRUPPO 19 : 30 NEW	TOTAL SPINNING 19 : 45	PILATES 19 : 30	
	BALLO LISCIO 20:30	BALLI DI GRUPPO 20 : 30 NEW		DANZA ADULTI 20 : 30	PRESCIISTICA 20 : 30		LATINO AMERICANO 20 : 30	BALLO LISCIO 20:30		BALLI DI GRUPPO 20 : 30 NEW	PRESCIISTICA 20 : 30			
														SABATO MATTINA: REVOLUTION SAMBA BAMBINI 10 : 30 NEW

NEW NUOVE ATTIVITÀ **NEW**

PER MOTIVI ORGANIZZATIVI, IL CENTRO SI RISERVA LA FACOLTA' DI VARIARE GLI ORARI, LA DURATA E GLI ISTRUTTORI DEI CORSI