CALENDARIO INVERNALE

*Questo calendario potrà subire variazioni

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:00 - 08:50	FULL BODY Y	ACQUA GYM Y	FULL BODY Y	ACQUA GYM Y	FULL BODY Y	
09:00-09:50	FUNCT + URB Y		FUNCT + URB Y		FUNCT + URB Y	
	PILATES MR	YOGA PLATES Y	PILATES MR	YOGA PLATES Y	PILATES MR	NUOTO BIMBI A *
10:00-10:50	POWER SCULPT MR *		POWER SCULPT MR *		POWER SCULPT MR *	
10:00-10:50	ACQUA SOFT Y		ACQUA SOFT Y		ACQUA SOFT Y	
11:00-11:50	NUOTO GEST A *				NUOTO GEST A *	
13:30 - 14:20	FUNCT + URB Y	YOGA PLATES Y	FUNCT + URB Y	YOGA PLATES Y	FUNCT + URB Y	
		ACQUA GYM G		ACQUA GYM G		
14:30: 15:20	POWER G.A.G Y	POSTURALE G	POWER G.A.G Y	POSTURALE G	POWER G.A.G Y	
15:30- 16:15	ACQUA GYM Y		ACQUA GYM Y		YOGA PLATES Y	
16:40 -17:20	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *		
17:30-18:20	FUNCT + URB Y		FUNCT + URB Y		FUNCT + URB Y	
	FUNZIONALE A *		FUNZIONALE A *		FUNZIONALE A *	
17:30 - 18:20	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *	DANZA BIMBI T *		
18:30- 19:20	FUNCT + URB Y	CARDIO PILATES E	FUNCT + URB Y	CARDIO PILATES E	FUNCT + URB Y	
	FLYBOARD E	VINYASA YOGA MR*	FLYBOARD E	VINYASA YOGA MR*	FLYBOARD E	
	FUNZIONALE A *		FUNZIONALE A **		FUNZIONALE A *	
19:30-:20:20	SPINNING*	SPINNING*		SPINNING*		
	PILATES E		PILATES E		PILATES E	
	FUNZIONALE S	ZUMBA MR*	FUNZIONALE S	ZUMBA MR*	FUNZIONALE S	
19:45-20:30		ACQUA GYM E		ACQUA GYM E		
20:20-21:15		SPINNING*		SPINNING*		
20:30-21:20		JUMP M	HIP HOP*	JUMP M		

SALA CARDIO ORARI

DAL LUNEDI AL VENERDì

07:00 - 21:30

SABATO E DOMENICA

08:00 - 20:00

ATTENZIONE!

- il certificato medico è obbligatorio
- la prenotazione è obbligatoria per tutti i corsi tramite telefono o portale
- è obbligatorio munirsi di scarpette da usare solo ed esclusivamente in palestra
- I corsi con * sono corsi esterni, non inclusi nell'abbonamento Open

- SALA PIRAMIDE
- SALA STAR
- PISCINA
- SALA FUNZIONALE