



🕒	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9,00	<b>TOTAL BODY 1</b> ore 9,00/9,50 con <b>MICHELA</b> 50'		<b>G.A.G. 1</b> ore 9,00/9,50 con <b>MICHELA</b> 50'		<b>TOTAL BODY</b> ore 9,00/9,50 con <b>MICHELA</b> 50'	
10,00	<b>TOTAL BODY 2</b> ore 10,00/10,50 con <b>MICHELA</b> 50'	<b>GINNASTICA POSTURALE</b> ore 10,00/11,00 con <b>ADRIANA</b> 60'	<b>G.A.G. 2</b> ore 10,00/10,50 con <b>MICHELA</b> 50'	<b>GINNASTICA POSTURALE</b> ore 10,00/11,00 con <b>ADRIANA</b> 60'	<b>STRETCHING</b> ore 10,00/10,50 con <b>MICHELA</b> 50'	
11,00						<b>BODY WORK</b> ore 10,30/11,15 con <b>CLAUDIO</b> 45'
12,00						<b>TONE-UP</b> ore 11,15/12,00 con <b>CLAUDIO</b> 40'
13,00	<b>TABATA WORKOUT</b> ore 12,30/13,15 con <b>MICHELA</b> 45'	<b>STEP &amp; TONE</b> ore 12,30/13,15 con <b>FEDERICA P.</b> 45'	<b>CIRCUIT TRAINING</b> ore 12,30/13,15 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>G.A.G.</b> ore 12,30/13,15 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>BODY WORK</b> ore 12,45/13,35 con <b>MICHELA</b> 50'	
14,00	<b>CIRCUITO FUNZIONALE</b> ore 13,15/14,00 con <b>MICHELA</b> 45'	<b>PILATES</b> ore 13,15/14,00 con <b>FEDERICA P.</b> 45'	<b>FIT BOXE</b> ore 13,15/14,00 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>TONE UP</b> ore 13,15/14,00 con <b>FEDERICA</b> 45'		
15,00	<b>DANZA MODERNA</b> ore 14,30/16,00 con <b>MARISA</b> 90'	<b>DANZA CLASSICA</b> ore 14,30/16,00 con <b>MARISA</b> 90'			<b>DANZA MODERNA</b> ore 14,30/16,00 con <b>MARISA</b> 90'	
16,00						
17,00	<b>DANZA BAMBINI</b> ore 17,00/18,00 con <b>MARISA</b> 60'					
18,00	<b>YOGA STRENGHT</b> ore 18,00/18,45 con <b>VALERIO</b> 45'	<b>PILATES</b> ore 17,30/18,15 con <b>MARIANNA</b> 45'	<b>CARDIO TONE</b> ore 18,00/18,45 con <b>FEDERICA</b> 45'		<b>DANZA BAMBINI</b> ore 17,00/18,00 con <b>MARISA</b> 60'	
19,00	<b>BODY BUMP</b> ore 18,45/19,30 con <b>VALERIO</b> 45'	<b>TOTAL BODY</b> ore 18,15/19,00 con <b>MARIANNA</b> 45'	<b>PILATES</b> ore 18,45/19,30 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>TOTAL BODY</b> ore 18,00/18,45 con <b>FEDERICA P.</b> 45'	<b>CARDIO TONE</b> ore 18,00/18,45 con <b>FEDERICA</b> 45'	
20,00	<b>FUNCTIONAL</b> ore 19,30/20,15 con <b>VALERIO</b> 45'	<b>PILATES</b> ore 19,00/19,45 con <b>MARIANNA</b> 45'	<b>BODY WORK</b> ore 19,30/20,15 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>PILATES</b> ore 18,45/19,30 con <b>FEDERICA P.</b> 45'	<b>TABATA WORKOUT</b> ore 18,45/19,30 con <b>FEDERICA</b> 45'	
21,00	<b>ZUMBA</b> ore 20,30/21,30 con <b>DORIAN</b> 60'	<b>CARDIO&amp;TONE</b> ore 19,45/20,30 con <b>MARIANNA</b> 45'	<b>G.A.G.</b> ore 20,15/21,00 con <b>FEDERICA</b> 45'	<b>G.A.G.</b> ore 19,30/20,15 con <b>FEDERICA P.</b> 45'	<b>TOTAL BODY</b> ore 19,30/20,15 con <b>FEDERICA</b> 45'	
22,00		<b>DANZA CLASSICA</b> ore 20,30/22,00 con <b>MARISA</b> 90'			<b>DANZA MODERNA</b> ore 20,15/21,30 con <b>MARISA</b> 75'	

**CORSI LIBERI**

**CORSI A PAGAMENTO**