



LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 9.30 - 10.00
GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO PILATES</b> (Sala2 ) 9.30-10.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO PILATES</b> (Sala2 ) 9.30-10.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO TOTAL BODY</b> (Sala2) 10.30-11.30
GINNASTICA AEROBICA <b>METODO BODY TRAINING</b> (SALA2 10.30-11.30)	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 11.00-11.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO FIT COMBAT</b> (Sala2 ) 10.30-11.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 11.00-11.30		GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 11.30-12.00
GINNASTICA PER TUTTI* <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO WALKING TRAINING</b> SALA 2 11.00-11.50( EXTRA)	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO WALKING TRAINING</b> SALA 2 11.00-11.50( EXTRA)	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO -YOGA</b> (Sala 1) 11.30-12.30
GINNASTICA AEROBICA <b>METODO BODY TRAINING</b> (SALA2 14.30-15.30)	GINNASTICA PER TUTTI* <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO FIT COMBAT</b> (Sala2 ) 14.30-15.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO TONIFICAZIONE</b> (Sala2 ) 14.30-15.30	
GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 17.00-17.50		GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 17.00-17.50		GINNASTICA X TUTTI <b>METODO POSTURALE</b> (SALA2) 17.00-17.50	
GINNASTICA PER TUTTI* <b>METODO TONIC&amp;ABS</b> (Area Funzionale) 17.00-17.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO TOTALBODY</b> (Area Funzionale) 14.30-15.30	GINNASTICA PER TUTTI* <b>METODO TONIC&amp;ABS</b> (Area Funzionale) 17.00-17.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO CARDIO STEP</b> (Area Funzionale) 14.30-15.30)		GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale)16.00-16.30
TRAMPOLINO ELASTICO* <b>METODO SUPER JUMP</b> (Sala1 ) 17.30-18.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 17.00-17.30	TRAMPOLINO ELASTICO* <b>METODO SUPER JUMP</b> (Sala1 ) 17.30-18.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 17.00-17.30		<b>DOMENICA</b>
				GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO PILATES</b> (Sala1 ) 18.00-19.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> (Area Funzionale) 10.00-10.30
GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO PILATES</b> S (Sala2 ) 18.30-19.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO BODY FIT</b> (Sala1 ) 19.00-20.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO PILATES</b> (Sala2 ) 18.30-19.30	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO BODY FIT</b> S (Sala2 ) 19.00-20.00	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO FIT COMBAT</b> (Sala2) 18.00-19.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO STRETCHING</b> (Area Funzionale) 11.30-12.00
GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO TONIC&amp;ABS</b> S (Sala1 ) 19.00-19.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> 19.00-19.30(Area Funzionale) 20.30-21.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO TONIC&amp;ABS</b> (Sala1 ) 19.00-19.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> 19.00-19.30(Area Funzionale) 20.30-21.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO TONIFICAZIONE</b> (Sala1 ) 19.00-20.00	
GINNASTICA AEROBICA <b>METODO TOTAL BODY</b> (Sala1) 19.30-20.30	<b>INDOOR CYCLING*</b> (Sala3) 19.30-20.30	GINNASTICA AEROBICA <b>METODO TOTAL BODY</b> (Sala1) 19.30-20.30	<b>INDOOR CYCLING*</b> (Sala3) 19.30-20.30	GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> 19.30-20.00(Area Funzionale) 20.30-21.00	
GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> 19.00-19.30(Area Funzionale) 20.30-21.00		GINNASTICA PER TUTTI * <b>METODO -GINNASTICA FUNZIONALE</b> 19.30-20.00(Area Funzionale) 20.30-21.00	GINNASTICA PER TUTTI <b>METODO -YOGA</b> (Sala 1) 20.00-21.00		

\* DISCIPLINE SU PRENOTAZIONE.-LE DISCIPLINE NELL'AREA FUNZIONALE SONO SU PRENOTAZIONE MIN.4 PERSONE E MAX 8 PERSONE