



LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
GINNASTICA PER TUTTI * METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI * METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.00 - 9.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 9.30-10.00
GINNASTICA PER TUTTI METODO POSTURALE (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA PER TUTTI METODO PILATES (Sala1) 9.30-10.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO POSTURALE (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA PER TUTTI METODO PILATES (Sala1) 9.30-10.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO POSTURALE (SALA2) 9.30-10.20	GINNASTICA AEROBICA METODO TOTAL BODY (Sala2) 10.30-11.30
GINNASTICA AEROBICA METODO BODY TRAINING (SALA2) 10.30-11.30	GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 11.00-11.30	GINNASTICA AEROBICA METODO BODY-COMBAT (Sala2) 10.30-11.30 su prenotazione	GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 11.00-11.30		GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 11.00-11.30
GINNASTICA PER TUTTI * METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA METODO WALKING TRAINING Su prenotazione (Sala2) 11.00-11.50	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA METODO WALKING TRAINING Su prenotazione (Sala2) 11.00-11.50	GINNASTICA PER TUTTI METODO ADDOMINALI (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO YOGA (Sala1) 11.30-12.30 DAL 28/09
GINNASTICA AEROBICA METODO BODY TRAINING (SALA2) 14.30-15.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA AEROBICA METODO BODY-COMBAT (Sala2) 14.30-15.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 12.00-12.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO BODY TRAINING (Sala2) 14.30-15.30	
GINNASTICA PER TUTTI METODO POSTURALE (SALA2) 17.00-17.50		GINNASTICA PER TUTTI METODO POSTURALE (SALA2) 17.00-17.50		GINNASTICA X TUTTI METODO POSTURALE (SALA1) 17.00-17.50	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 16.00-16.30
		GINNASTICA PER TUTTI METODO TONIFICAZIONE (Sala1) 17.30-18.30			DOMENICA
GINNASTICA PER TUTTI METODO BODY-FIT (SALA1) 17.30-18.30	GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 17.00-17.30		GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 17.00-17.30		
GINNASTICA PER TUTTI METODO PILATES (Sala2) 18.30-19.30	ATTIVITA' SP. GINN. FIN. ALLA SALUTE E AL FITNESS METODO FITBOXE (Sala2) 18.00-19.00	GINNASTICA PER TUTTI METODO PILATES (Sala2) 18.30-19.30	ATTIVITA' SP. GINN. FIN. ALLA SALUTE E AL FITNESS METODO FITBOXE (Sala2) 18.00-19.00	GINNASTICA PER TUTTI METODO PILATES (Sala1) 18.00-19.00	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 10.00-10.30
GINNASTICA PER TUTTI METODO TONIC&ABS (Sala1) 19.00-19.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO G.A.G. (SALA1) 19.00-20.00	GINNASTICA PER TUTTI METODO TONIC&ABS (Sala1) 19.00-19.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO CARDIO TONIC (SALA2) 19.00-20.00	GINNASTICA AEROBICA METODO WALKING TRAINING * Su prenotazione (Sala1) 18.00-18.50	GINNASTICA X TUTTI* METODO STRETCHING (Area Funzionale) 11.30-12.30
GINNASTICA AEROBICA METODO TOTAL BODY (Sala2) 19.30-20.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 19.00-19.30 / 20.30-21.00	GINNASTICA AEROBICA METODO TOTAL BODY (Sala1) 19.30-20.30	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 19.00-19.30 / 20.30-21.00	GINNASTICA AEROBICA METODO TONIFICAZIONE (Sala1) 19.00-20.00	
GINNASTICA PER TUTTI * METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 19.00-19.30 / 20.30-21.00		GINNASTICA AEROBICA METODO WALKING TRAINING * Su prenotazione (Sala2) 19.30-20.20	GINNASTICA PER TUTTI METODO YOGA (Sala1) 20.00-21.00 DAL 26/09	GINNASTICA PER TUTTI METODO -ADDOMINALI (Area Funzionale) 19.00-19.30 / 20.30-21.00	

* DISCIPLINE SU PRENOTAZIONE. LE DISCIPLINE NELL'AREA FUNZIONALE SONO SU PRENOTAZIONE. MIN 6 PERSONE E MAX 8 PERSONE