



SALA BLU													
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO		DOMENICA A rotazione	
				7:00 7:45	AERIALS Montoro			9:00 10:00	ABS & LOWER Marco G.	10:30 11:15	FUSION FITNESS Marzia	10:00 10:45	ABS & UPPER Rotazione
13:00 13:45	FUNZIONALE Marco G.	13:00 13:45	FUNZIONALE Claudia	13:00 13:45	PILATES Marco G.	13:00 13:45	FUSION FITNESS Claudia	13:00 13:45	PILATES Marco G.	11:15 12:00	ABS & LOWER Marzia	10:45 11:30	FUNZIONALE Rotazione
				17:00 17:45	SUPER JUMP Marzia					12:30 13:30	POWER YOGA Letizia		
17:45 18:45	FUNCTIONAL TRX Claudia	18:00 18:45	FUNZIONALE Claudia	17:45 18:30	TABATA CIRCUIT Marzia	17:45 18:30	TRX CONDITIONING Montoro	17:45 18:30	SUPER JUMP Marzia	13:30 14:30	SPECIAL CLASS FLY FITNESS Letizia		
18:45 19:45	CROSSCARDIO Claudia	18:45 19:45	CROSSCARDIO Claudia	18:30 19:15	FUNZIONALE Marzia	18:30 19:30	CROSS TRAINING Montoro	18:30 19:15	FUSION FITNESS Marzia				
19:45 20:30	TABATA CIRCUIT Marzia	20:15 21:00	ZUMBA Lella	19:15 20:00	PILATES Nicoletta	19:30 20:15	STEP COREO Lella	19:15 20:00	POSTURALE Nicoletta				
20:45 21:30	PILATES Nicoletta			20:00 20:45	PILATES Nicoletta	20:15 21:00	ZUMBA Lella	20:00 20:45	PILATES Nicoletta				
								20:45 21:45	SPECIAL CLASS FLY FITNESS Letizia				

SALA VERDE									
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
								13:00 13:45	FUSION FITNESS Marzia
18:15 19:00	FUSION FITNESS Marzia	17:45 18:45	POWER YOGA Letizia	17:45 18:45	POWER YOGA Letizia	17:45 18:30	POWER YOGA Letizia	17:45 18:30	FUNZIONALE Jacopo
19:00 19:45	FUNCTIONAL STEP Marzia	18:45 19:30	FUSION FITNESS Lella			18:45 19:30	ABS & UPPER Lella	19:15 20:00	POWER YOGA Letizia
19:45 20:30	FUSION FITNESS Claudia	19:30 20:15	ABS & LOWER Daniele						
20:30 21:15	ABS & UPPER Marzia	20:15 21:00	GROUP BOXING Daniele						

SALA LILLA									
LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
7:15 8:00	PILATES Montoro					7:15 8:00	PILATES Montoro		
9:00 9:45	PILATES Montoro	9:00 10:00	ABS & UPPER Marco G.	10:00 10:45	POSTURALE Marco G.			10:00 10:45	PILATES Marco G.
				11:00 11:45	PILATES Marco G.	11:00 11:45	MOBILITY Letizia		
13:00 13:45	PILATES Montoro	13:00 13:45	YOGA Letizia			13:00 13:45	YOGA Letizia		
19:15 20:00	PILATES Nicoletta	18:45 19:30	YIN YOGA Letizia	18:00 19:00	SPECIAL CLASS MINFULNESS Nicoletta e Anna			20:00 20:45	MOBILITY Letizia
20:00 20:45	PILATES Nicoletta					19:30 20:15	PILATES Montoro		

Il presente palinsesto potrebbe essere soggetto a variazioni.