

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

9.00/9.45 GINNASTICA POSTURALE	9.00/9.45 PANCAFIT	9.00/9.45 TOTALBODY WORKOUT	9.30/10.15 GINNASTICA POSTURALE	9.00/9.45 TONIFICAZIONE		
10.00/10.45 AEROLATINO	10.00/10.45 FUNCTIONAL	10.00/10.45 AEROLATINO		9.30/10.15 PANCAFIT	9.45/10.30 LES MILLS BODYATTACK	
11.00/11.45 ADDOMINALI					10.45/11.45 LES MILLS BODYPUMP	10.30/11.20 INDOOR CYCLING
	12.40/13.30 INDOOR CYCLING	12.45/13.30 LES MILLS BODYPUMP				
		15.30/16.15 PANCAFIT	18.15/19.00 PANCAFIT			
18.15/19.15 LES MILLS BODYPUMP	18.00/18.45 TOTAL BODY WORKOUT	18.30/19.15 TONIFICAZIONE	18.15/18.45 LES MILLS BODYATTACK	18.15/19.00 TOTAL BODY WORKOUT		
	19.00/19.45 FUNCTIONAL		19.00/19.30 ADDOMINALI			
19.30/20.00 LES MILLS BODYATTACK	19.30/20.20 INDOOR CYCLING	19.30/20.15 PILATES				
	20.00/20.30 ADDOMINALI		19.45/20.30 LES MILLS BODYPUMP			



CORSI FITNESS

**Dal 05/07 all'08/08
e dal 23/08 al 12/09**

**DAL 09/08 AL 22/08
I CORSI TERRA SONO SOSPESI**

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

9.15/10.00 ACQUA GYM	9.15/10.15 ACQUA SOFT	9.15/10.00 AQUATONUS	9.15/10.15 ACQUA SOFT	9.15/10.00 ACQUA PILATES		10.15/11.00 JOLLY
10.00/10.45 BIKE	10.30/11.15 ACQUA GYM	10.00/10.45 ACQUA STEP	10.30/11.15 ACQUA GYM	10.00/10.45 ACQUA CIRCUIT	13.00/13.45 ACQUA GYM	11.15/12.00 BIKE
	14.00/14.45 ACQUA GAG VASCA PICCOLA		14.30/15.15 BIKE MIX	14.45/15.30 AQUAWORK		
15.00/15.45 ACQUA TONE	15.00/15.45 JOLLY	15.00/15.45 ACQUA GYM	15.30/16.15 ACQUA TONE			
19.30/20.15 ACQUA GYM	19.15/20.00 AQUAWORK	19.45/20.30 BIKE	19.15/20.00 AQUADYNAMIC	19.15/20.00 ACQUA STEP		
20.20/21.05 BIKE						



CORSI IN PISCINA

Dal 1/07/2021