

# ORARIO CORSI FITNESS

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.30	sala LEVANTE 9.30-10.15 <b>GINNASTICA POSTURALE</b> Ilaria	sala LIBECCIO 9.30-10.15 <b>GINNASTICA DOJJE</b> Christian	sala LEVANTE 9.30-10.15 <b>PIlates</b> Cinzia	sala LEVANTE 9.30-10.15 <b>GINNASTICA POSTURALE</b> Ilaria	sala LEVANTE 9.00-9.45 <b>WAKE UP MOBILITY</b> Ilaria	
				sala PONENTE 9.30-10.15 <b>WBS POSTURAL pagamento</b> Max	sala PONENTE 9.30-10.15 <b>WBS POSTURAL</b> Max	
					sala ORIENTE 10.00-11.00 <b>YOGA</b> Mauro	sala SCIROCCO 10.00-11.00 <b>INDOOR CYCLING</b> Max
10.30	sala PONENTE 10.30-11.15 <b>WBS POSTURAL</b> Max	Piscina 10.30-11.15 <b>AQUAGYM</b> Christian		sala LEVANTE 10.30-11.15 <b>TOTAL BODY</b> Ilaria		sala LEVANTE 10.00-11.00 <b>BODY BURN</b> Marco
	sala LEVANTE 10.30-11.15 <b>TOTAL BODY</b> Ilaria		Piscina 10.30-11.15 <b>AQUAGYM</b> Cinzia			Corsi a settimane alterne
11.30						
12.30	sala PONENTE 12.45-13.15 <b>WBS POSTURAL Pagamento</b> Max					
			sala SCIROCCO 12.45-13.45 <b>INDOOR CYCLING</b> Max	sala LEVANTE 12.45-13.45 <b>ADDOMINALE/LEG POWER</b> Max		
		FUNCTIONAL ZONE 12.45-13.30 <b>TRIFORM</b> Max				
	sala ORIENTE 12.45-13.45 <b>YOGA</b> Mauro					
17.00		17.45-18.30 <b>KARATE BAMBINI INTERMEDIO</b> Corso a pagamento		17.45-18.30 <b>KARATE BAMBINI INTERMEDIO</b> Corso a pagamento		
					Sala LEVANTE 17.15-18.00 <b>BODY BURN</b> Eddy	
18.00	Piscina 18.15-19.00 <b>TONIFICAZIONE</b> Cinzia					
				Piscina 18.15-19.00 <b>TONIFICAZIONE</b> Cinzia	FUNCTIONAL ZONE 18.15-19.00 <b>CROSSFIT / FUNCTIONAL</b> Eddy	
			sala LIBECCIO 18.30-19.15 <b>FIT MOVING</b> Piera			
		sala LEVANTE 18.15-19.10 <b>BODY BURN</b> Max		FUNCTIONAL ZONE 18.30-19.15 <b>TRIFORM / Functional</b> Max / Vanessa	sala LEVANTE 19.15-20.00 <b>ZUMBA</b> Giovanni	
	18.30-20.00 <b>KUMITE ACONISTI</b> Corso a pagamento	18.45-19.30 <b>KARATE RAGAZZI INTERMEDIO</b> Corso a pagamento	18.30-20.00 <b>KUMITE ACONISTI</b> Corso a pagamento	18.45-19.30 <b>KARATE RAGAZZI INTERMEDIO</b> Corso a pagamento	18.30-20.30 <b>KATA / KUMITE ACONISTI</b> Corso a pagamento	
19.00	sala LIBECCIO 19.00-19.45 <b>FITBOXE</b> Chiara	FUNCTIONAL ZONE 19.00-20.00 <b>TRIFORM FUNCTIONAL</b> Fabio		sala LEVANTE 19.15-20.00 <b>PIlates</b> Cinzia		
		sala LEVANTE 19.20-20.20 <b>ZUMBA</b> Giovanni	sala SCIROCCO 19.00-20.00 <b>INDOOR CYCLING</b> Laura		sala LIBECCIO 19.15-20.15 <b>FIT BOXE</b> Eddy	
	sala LEVANTE 19.15-20.00 <b>PIlates</b> Cinzia	sala SCIROCCO 19.30-20.30 <b>INDOOR CYCLING</b> Max	sala LEVANTE 19.15-20.00 <b>TOTAL BODY</b> Fabio	sala SCIROCCO 19.30-20.30 <b>INDOOR CYCLING</b> Max		
		19.45-21.00 <b>KATA ACONISTI</b> Corso a pagamento		19.45-21.00 <b>KATA ACONISTI</b> Corso a pagamento		
20.00			sala LIBECCIO 20.00-21.00 <b>YOGA</b> Mauro			
21.00	sala LIBECCIO 21.00-22.00 <b>BALLI ORIENTALI</b> Corso a pagamento			sala LIBECCIO 21.00-22.00 <b>BALLI ORIENTALI</b> Corso a pagamento		

**DOMENICA**