

	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
	Sala Tempo	Sala Spirito	Sala Tempo	Sala Spirito	Sala Tempo	Sala Spirito	Sala Tempo	Sala Spirito	Sala Tempo	Sala Spirito
08 : 00				Ginn. per tutti metodo YOGA				Ginn. per tutti metodo YOGA		
09 : 00	Ginn. per tutti metodo CORE PILATES				Ginn. per tutti metodo CORE PILATES				Ginn. per tutti metodo CORE PILATES	
10 : 00	Ginn. per tutti metodo CORE PILATES		JUMPING		Ginn. per tutti metodo CORE PILATES		JUMPING		Ginn. per tutti metodo CORE PILATES	
11 : 00	WOD				WOD					
13 : 00	TRX CIRCUIT				Ginn. per tutti metodo PILATES with ELASTIK BAND				FIT BOXE	
14 : 00		FIT BALL STRETCH			FUNCTIONAL STEP				Ginn. per tutti metodo PILATES with CIRCLE	
18 : 00	FUNCTIONAL STEP	POLE DANCE JUNIOR	FIT BOXE		JUMPING	POLE DANCE JUNIOR	FIT BOXE		TRX CIRCUIT	
18 : 30				Ginn. per tutti metodo YOGA				Ginn. per tutti metodo YOGA		
19 : 00	Ginn. per tutti metodo PILATES with SOFT BALL	POLE DANCE PRINCIPIANTI			Ginn. per tutti metodo FELDENKRAIS	POLE DANCE PRINCIPIANTI			Ginn. per tutti metodo PILATES with ELASTIK BAND	
20 : 00		POLE DANCE ESPERTE	FULL CONTACT			POLE DANCE ESPERTE	FULL CONTACT			