

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
--------	---------	-----------	---------	---------

Sala GIOVE				
9.30 – 10.15 <b>FUNZIONALE C.L.</b>		9.30 – 10.15 GINN. METODO <b>PILATES</b>		9.30 – 10.15 <b>FUNZIONALE C.L.</b>
13.30 – 14.15 <b>CIRCUIT TRAINING</b>	13.30 – 14.15 GINN. METODO <b>PILATES</b>	13.30 – 14.15 <b>BODYWEIGHT 360</b>	13.30 – 14.15 GINN. METODO <b>PILATES</b>	
	17.00 – 17.45 <b>TOTAL BODY</b>		17.00 – 17.45 <b>GAG</b>	
17.30 – 18.15 <b>STEP&amp;TONE</b>	18.00 – 18.45 <b>HIIT</b>	17.30 – 18.15 <b>CARDIO&amp;TONE</b>	18.00 – 18.45 <b>CIRCUITO</b>	17.30 – 18.15 <b>TOTAL BODY</b>
18.30 – 19.15 <b>FUNZIONALE C.L.</b>		18.30 – 19.15 <b>HIIT</b>	19.00 – 19.45 <b>ZUMBA FITNESS</b>	18.30 – 19.15 <b>CARDIO&amp;TONE</b>
19.30 – 20.15 <b>CORE TRAINING</b>		19.30 – 20.15 <b>TOTAL BODY</b>		19.30 – 20.15 <b>CORE TRAINING</b>

Sala OLOS				
17.00 – 17.45 GINN. METODO <b>PILATES</b>		17.45 – 18.30 GINN. METODO <b>PILATES</b>		17.45 – 18.30 GINN. METODO <b>PILATES</b>
18.00 – 18.45 <b>BODYWEIGHT 360</b>		18.45 – 19.30 GINN. METODO <b>PILATES</b>	18.00 – 18.45 <b>BODYWEIGHT 360</b>	18.45 – 19.30 GINN. METODO <b>PILATES</b>
19.00 – 19.45 GINN. METODO <b>PILATES</b>	19.15 – 20.00 GINN. METODO <b>PILATES</b>		19.15 – 20.00 GINN. METODO <b>PILATES</b>	

sala MUNÈRIS				
8.00 – 18.15 USO LIBERO			8.00 – 18.30 USO LIBERO	8.00 – 18.15 USO LIBERO
18.15 – 19.00 <b>FUNZ.TRAINING</b>	8.00 – 22.00 USO LIBERO	8.00 – 22.00 USO LIBERO	18.30 – 19.15 <b>FUNZIONALE</b>	18.15 – 19.00 <b>FUNZ.TRAINING</b>
19.00 – 22.00 USO LIBERO			19.15 – 22.00 USO LIBERO	19.00 – 22.00 USO LIBERO

sala QUEENAX				
	13.30 – 14.15 <b>TRX</b>		13.30 – 14.15 <b>TRX</b>	
18.35 – 19.20 <b>TRX</b>		18.35 – 19.20 <b>TRX</b>		18.35 – 19.20 <b>TRX</b>

Sala MERCURIO – SPINNING DAL 03 OTTOBRE				
LUNEDÌ MERCOLEDÌ VENERDÌ : 18.45 - durata 60 min				



**TUTTE LE LEZIONI SONO A PRENOTAZIONE TRAMITE L' APP "My iClub"**

**LE LEZIONI SI SVOLGONO CON MINIMO 4 PARTECIPANTI**

N.B. il presente orario potrebbe subire variazioni