

ORARIO CORSI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
9:00 -10:00	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)		PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)		PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)
10:00- 11:00	CIRCUIT TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)		CIRCUIT TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)		CIRCUIT TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)
10:00- 11:00		DINAMIC FIT (GINNASTICA PER TUTTI)		DINAMIC FIT (GINNASTICA PER TUTTI)	
15:00- 16:00	GAG (GINNASTICA AEROBICA)		GAG (GINNASTICA AEROBICA)		GAG (GINNASTICA AEROBICA)
17:00- 18:00	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)	PILATES (GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE)
18:00- 19:00		GAG (GINNASTICA AEROBICA)		GAG (GINNASTICA AEROBICA)	
18:00- 19:00	HIIT TOTAL BODY (GINNASTICA PER TUTTI)		HIIT TOTAL BODY (GINNASTICA PER TUTTI)		HIIT TOTAL BODY (GINNASTICA PER TUTTI)
19:00- 20:00	CROSS TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)		CROSS TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)		CROSS TRAINING (GINNASTICA PER TUTTI)
20:00- 21:00		FUNCTIONAL MILITARY (GINNASTICA PER TUTTI)		FUNCTIONAL MILITARY (GINNASTICA PER TUTTI)	

