

ORARI FITNESS

SETTIMANALI DA LUNEDÌ 2 SETTEMBRE 2024

| ORARIO | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENEDÌ |
|-------------|------------|---------------|------------|------------|------------|
| 6:30-7:30 | | PILATES | | | PILATES |
| 8:30-9:30 | | STRETCHING | | | |
| 9:30-10:30 | | TRX (45') | HIIT (45') | | FUNCTIONAL |
| 12:45-13:45 | FUNCTIONAL | | TRX (45') | STEP | |
| 17:45-18:30 | | FITPILATES | TRX | | BOOTYPUMP |
| 17:45-18:45 | GET!GAG | | | | |
| 18:30-19:30 | | | GET!GAG | FITPILATES | TRX (45') |
| 19:30-20:30 | FUNCTIONAL | FITBOXE (45') | | | |
| 20:30-21:15 | | | | | FITBOXE |

| ORARIO | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|-------------|-------------------------|-------------------------|---------------------|------------------------|------------------------------|
| 16:30-17:30 | HIPHOP BABY 5-7 | | | CLASSICA BABY 5-7 | CLASSICA 8-11 |
| 16:30-18:00 | | | | HIPHOP KIDS 8-10 | |
| 16:30-18:30 | | MODERN KIDS 7-10 | MODERN JUNIOR 11-14 | | |
| 17:30-19:00 | HIPHOP JUNIOR 11-14 | | | CLASSICA + 11 | 17:30-18:30 MODERN ADULTI |
| 18:30-19:30 | | CONTAMINAZIONE ADULTI | | | |
| 18:30-20:15 | | | MODERN 14+ | | CONTAMINAZIONE |
| 18:45-20:15 | | | CERCHIO AEREO | | |
| 19:00-20:30 | POLE DANCE PRINCIPIANTI | POLE DANCE BASE 2 | | COMMERCIAL 14+ | |
| 20:15-21:30 | | | MODERN AVANZATO | | |
| 20:30-21:30 | | | | HEELS | |
| 20:30-22:00 | POLE DANCE BASE 2 | POLE DANCE INTERMEDIO 2 | CERCHIO AEREO | POLE EXOTIC INTERMEDIO | |