

LUNEDI				MARTEDI'				MERCOLEDI'				GIOVEDI'				VENERDI		
Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 4	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 4	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 4	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Sala 4	Sala 1	Sala 2	Sala 3
13.00-13.30 Core Training Addominali						15.30-16.30 G.M. PILATES PRIVATE		13.00-13.30 Power Glutei						15.30-16.30 G.M. PILATES PRIVATE				
16.15-17.00 Baby AcroGym		16.00-17.00 G.M. PILATES PRIVATE				16.30:17.30 G.M.P PRIVATE								16.30:17.30 G.M.P PRIVATE		16.30-17.30 ACROGYM base	16.45-17.30 Baby Karate	
17.00-18.00 ACROGYM base		17.00-18.00 DANZA MODERNA		16.30-18.00 ACRO 1 e 2			SEDUTE POSTURALI	16.30-17.30 ACRO 2				16.30-18.00 ACRO 1 e 2						
18.00-19.30 JUNIOR CORSO AGONISTI (da cintura verde, minimo 12 anni)		18.15-19.05 G.M. PILATES		18.00-19.00 JUDO 2	18.10-18.55 Aerobic Dancefit	18.15-19.05 G.M. PILATES			17.30-18.30 JUNIOR KARATE 1 (bia/gia/ara)	17.30-18.30 DANZA AEREA JUNIOR	17.45-18.30 PILATES MATWORK		18.00-19.00 JUDO 1	18.10-18.55 Elastic G.A.G.	18.15-19.05 G.M. PILATES			17.30-18.30 JUNIOR KARATE 1 (bia/gia/ara)
19.30-21.00 KARATE 3+4 MAR/NERE ADULTI+AGONISTI		19.15-20.05 G.M. PILATES			19.00-19.45 Step Power	19.15-20.05 G.M. PILATES		18.30-19.30 JUNIOR KARATE 2 (ver/blu/mar)	18.30-20.00 DANZA AEREA			19.00-20.00 JUDO 2	19.00-19.45 STRONG BOXE TRAINING	19.15-20.05 G.M. PILATES			18.30-19.30 JUNIOR KARATE 2 (ver/blu/mar)	19.00-19.50 G.M. PILATES
		20.15-21.05 G.M. PILATES		20.00-21.00 KARATE ADULTI Bianche	19.50-20.35 Circuit Training	20.00-20.50 Valutazioni e private G.M.P		19.30-21.00 KARATE 4 MAR/NERE AGONISTI KUMITE (dai 15 anni)				20.00-21.30 DIFESA PERSONALE BMSD	19.50-20.35 Circuit Training	20.15-21.05 G.M. PILATES			19.30-20.30 KARATE 3 MAR/NERE RAGAZZI+ADULTI	20.00-20.50 Valutazioni e private G.M.P
				21.00-22.00 SALSA INTERMEDIO	21.00-22.00 SALSA E BACHATA PRINCIPIANTI								21.00-22.00 SALSA E BACHATA PRINCIPIANTI					
				22.00-23.00 BACHATA OPEN	22.00-23.00 SALSA AVANZATO													

CORSI FITNESS
DANZE E BALLI
PILATES
CORSI JUNIOR
CORSI RAGAZZI/ADULTI