

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
9:00	TRX Daniele	TONE UP Silvia	MOBILITA' Aurora	TONIFICAZIONE Danilo	POWER PILATES Giulia	
10:00	TRX Daniele	POWER TONE Luca	CIRCUIT TRAINING Samuele	YOGA Giulia	POSTURALE Mario	POSTURALE Danilo
11:00	POSTURALE Samuele	YOGA FLOW Silvia C.	YOGA Nabila	POSTURALE Luca	ZUMBA Silvia	TONIFICAZIONE Daniele
12:00						
13:00	PILATES Giulia F	GAG Silvia	POSTURALE Jolanta	CIRCUIT TRAINING Daniele	YOGA Nabila	
17:00						
18:00	FLEXIBITY Mario	POSTURALE Eugenio	GAG Luca	PILATES Jolanta	TONE UP Silvia	
19:00	CIRCUIT TRAINING Samuele	YOGA Giulia	FUNZIONALE Daniele	GAG Silvia	TRX Daniele	
20:00-21:30		KICK BOXING Luigi		KICK BOXING Luigi		



POSTURA



MEDITAZIONE



TONIFICAZIONE



COEROGRAFATO