

SALE FITNESS						
SALA RED						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00 09:50	<b>BODY TONE</b> Manuela Bravo	<b>CIRCUIT TRAINING</b> Ruben Gallea	<b>PILATES</b> Silvia Artero	<b>PILATES</b> Silvia Artero		<b>PILATES</b> Ileana
10:00 10:50	<b>PILATES</b> Manuela Bravo				<b>PILATES</b> Manuela Bravo	<b>MOVIDA TONE</b> Ileana
11:00 11:50						<b>POUND</b> Ileana
12:30 13:20						
13:00 13:50	<b>PILATES</b> Silvia Artero					
13:30 14:20			<b>BODY TONE</b> Manuela Bravo		<b>BODY TONE</b> Manuela Bravo	
17:00 17:50		<b>KARATE</b> Paolo Arlotti	<b>UPPER BODY TONE (30')</b> Silvia Artero	<b>CORE &amp; ABS (30')</b> Manuela Bravo		
17:30 18:20	<b>GAG</b> Paolo Santoro		<b>GAG</b> Silvia Artero	<b>INTERVAL &amp; TONE</b> Manuela Bravo		
18:00 18:50		<b>PUMP</b> Paola Piumatti			<b>POWER YOGA</b> Paola Piumatti	
18:30 19:20	<b>PILATES</b> Cecilia		<b>PILATES</b> Silvia Artero			
19:00 19:50		<b>POWER YOGA</b> Paola Piumatti			<b>CORE &amp; TONE</b> Gabriella Biasiol	
19:30 20:20			<b>MILITARY</b> Ruben Gallea			



CORSI ACQUAFITNESS						
PISCINA						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00 09:45		<b>ACQUA GYM</b> Cecilia	<b>ACQUA TRAINING</b> Manuela Bravo		<b>ACQUA TONE</b> Manuela Bravo	
10:00 10:45		<b>ACQUA SENIOR</b> Cecilia	<b>ACQUA CIRCUIT</b> Manuela Bravo	<b>ACQUA GYM</b> Silvia Artero		
11:45 12:30						<b>ACQUA TONE</b> Ileana
12:30 13:15	<b>ACQUA KOMBACT</b> Serena Bergantino		<b>ACQUA TONE</b> Manuela Bravo		<b>ACQUA TRAINING</b> Manuela Bravo	
13:30 14:15		<b>ACQUA TONE</b> Serena Bergantino		<b>ACQUA INTENSIVE</b> Serena Bergantino		
18:40 19:30	<b>ACQUA GAG</b> Paolo S.	<b>KOMBACT</b> Ileana	<b>ACQUA TABATA</b> Ileana	<b>ACQUA TONE</b> Manuela Bravo	<b>ACQUA INTENSIVE</b> Serena Bergantino	
19:30 20:15	<b>ACQUA CIRCUIT</b> Paolo S.					

NUOTO LIBERO						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	09:00 20:00	07:00 20:00	07:00 20:00	07:00 20:00	09:00 20:00	09:00 18:00

SALA ORANGE						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00 10:50						
11:00 11:50						<b>CIRCUIT TRAINING</b> Ruben Gallea
17:00 17:50				<b>KARATE</b> Paolo Arlotti		
17:00 17:30						
18:00 18:30						
19:00 19:50	<b>SPINNING</b> Morena Favarin		<b>SPINNING</b> Gabriella Biasiol			
19:30 20:20		<b>MOVIDA</b> Ileana				

SALA FUNZIONALE						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00 12:00	<b>ACCESSO LIBERO</b>	<b>RUBEN</b>	<b>ACCESSO LIBERO</b>	<b>RUBEN</b>	<b>ACCESSO LIBERO</b>	<b>SERGIO</b>
15:00 17:00	<b>RUBEN</b>	<b>SERGIO</b>	<b>RUBEN</b>	<b>GIANLUCA</b>	<b>RUBEN</b>	
17:00 20:30	<b>SERGIO</b>	<b>SERGIO</b>	<b>RUBEN</b>	<b>GIANLUCA</b>	<b>SERGIO</b>	

MINI CLASS - SALA FUNZIONALE						
ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
18:00 18:50	<b>CIRCUITO FUNZIONALE</b> Sergio Ceresa		<b>CIRCUIT FUNZIONALE</b> Ruben Gallea			
19:00 19:50			<b>ADDOMINALI (30')</b> Ruben Gallea			
19:30 20:20	<b>TRX</b> Ruben Gallea					