

ORARIO LEZIONI & CORSI - 2023/2024

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
07:15 Sala A Ginnastica per tutti (Pilates) VT	07:15 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	07:15 Sala A Ginnastica per tutti (Pilates/Yoga) VT	07:15 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	07:15 Sala A Ginnastica per tutti (Pilates) VT	08:15 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	09:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT
09:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica Aerobica (Total Body)	09:00 Sala A Francesca Ginnastica per tutti (Pilates)	09:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica Aerobica (Total Body)	09:00 Sala A Francesca Ginnastica per tutti (Pilates)	09:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica Aerobica (Total Body)	10:00 Sala A Diana Ginnastica Aerobica (Funzionale)	10:00 Sala A Ginnastica per tutti (posturale) VT
10:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica per tutti (posturale)	10:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Zumba) VT	10:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica per tutti (posturale)	10:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Zumba) VT	10:30 Sala A Alessia Gasparini Ginnastica per tutti (posturale)	10:00 Sala B Alessandro C. Ginnastica per tutti (Pilates)	11:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Zumba) VT
11:30 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	14:00 Sala A Luca Di Nic. Ginnastica per tutti (Pilates)	12:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	14:00 Sala A Luca Di Nic. Ginnastica per tutti (Pilates)	11:30 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	11:00 Sala A Alessandro C. Ginnastica per tutti (Yoga)	12:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Funzionale) VT
					13:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Tabata)	
					Sala A Luca Nemola	

14:30 Sala A Simone Salari Ginnastica Aerobica (Pump)	15:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	14:30 Sala A Simone Salari Ginnastica Aerobica (G.A.G.)	15:00 Sala A Ginnastica Aerobica (Total Body) VT	14:30 Sala A Simone Salari Ginnastica Aerobica (Circuit Training)	
17:30 OMN Simone Nafissi Ginnastica Aerobica (Calisthenics)	16:00 Sala A Ginnastica per tutti (posturale) VT	18:00 OMN Simone Nafissi Ginnastica Aerobica (Calisthenics)	16:00 Sala A Ginnastica per tutti (posturale) VT	18:00 OMN Simone Nafissi Ginnastica Aerobica (Calisthenics)	
17:30 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Cross Over)		18:00 Sala B Lorenzo I Ginnastica per tutti (posturale)		18:00 Sala B Lorenzo I Ginnastica per tutti (Posturale)	
18:30 Sala B Lorenzo I. Ginnastica per tutti (Posturale)		18:00 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Step)		18:00 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Cross Over)	
18:30 OMN Simone P. Ginnastica Aerobica (Cross Training)	17:30 Sala A Simona Battista Ginnastica Aerobica (Total Body)	19:00 OMN Simone P. Ginnastica Aerobica (Cross Training)	17:30 Sala A Simona Battista Ginnastica Aerobica (Total Body)	19:00 OMN Simone P. Ginnastica Aerobica (Cross Training)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Percorso body/Mind</div>
18:30 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Functional hiit)	18:30 Sala B Simona Battista Ginnastica Aerobica (Body weight Chall)	19:00 Sala B Fabrizia Binetti Ginnastica per tutti (Yoga)	18:30 Sala B Simona Battista Ginnastica Aerobica (Body weight Chall)	19:00 Sala B Fabrizia Binetti Ginnastica per tutti (Yoga)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Percorso Cardio</div>
19:15 Sala B Lorenzo I Ginnastica per tutti (Posturale)	18:30 Sala A Douglas Ginnastica Aerobica (Zumba)	19:00 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Functional hiit)	18:30 Sala A Douglas Ginnastica Aerobica (Zumba)	19:00 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Functional hiit)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Percorso Tonificazione</div>
19:30 Sala A Ivan Pavalacchi Ginnastica Aerobica (Total Pump)	19:00 OMN Walter Ginnastica Aerobica (Circuit Training)	20:00 Sala A Simone P. Ginnastica Aerobica (Funzionale)	19:00 OMN Walter Ginnastica Aerobica (Circuit Training)	20:00 Sala A Simone P. Ginnastica Aerobica (Funzionale)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Percorso Omnia</div>
19:30 Sala A Simone P. Ginnastica Aerobica (Cross Training)	19:30 Sala A Luca Nemola Ginnastica per tutti (Pilates)	20:00 Sala A Giorgia G. Ginnastica Aerobica (tune/step)	19:30 Sala A Luca Nemola Ginnastica per tutti (Pilates)	20:00 Sala A Giorgia G. Ginnastica per tutti (Pilates)	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">Percorso Extra (fuori abbonamento)</div>
20:00 Sala B Giorgia G. Ginnastica Aerobica (tune/step)	20:30 Sala A Valeria Twerk		20:30 Sala A Valeria Twerk		
20:30 Sala A Simone P. Ginnastica Aerobica (Funzionale)	19:30 Sala A Pole Dance		19:30 Sala A Pole Dance		
	21:30 Sala B Sara Pole Dance		21:30 Sala B Sara Pole Dance		

Orari Centro
LUN-VEN: 07:00-23:00
SABATO: 08:00-20:00
DOMENICA: 09:00-13:00

Assistenza Sala
LUN-VEN: 07:00-23:00
SABATO: 08:00-20:00
DOMENICA: 09:00-13:00

