



**CORSI FITNESS**

	LUNEDÌ 22 luglio			MARTEDÌ 23 luglio			MERCOLEDÌ 24 luglio			GIOVEDÌ 25 luglio			VENERDÌ 26 luglio			
	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	
07:30				FAST& FURIO Titty 30'									FAST& FURIO Marco G 30'			07:30
08:00			GYM DOLCE Tiziana			POSTURAL Titty									POSTURAL PILATES Marco G	08:00
09:00			TONE Tiziana		YOGA Francesca	TOTAL BODY Titty			TONE Tiziana			PILATES Tiziana			POSTURAL Marco G	09:00
10:00			TOTAL BODY Tiziana						GYM DOLCE Tiziana			STEP&TONE Tiziana			GYM DOLCE Betty	10:00
11:00															TONE UP Betty	11:00
13:00			PUMP Tiziana						PILATES Tiziana					*TRX Yojan		13:00
18:00		FLEXABILITY Giulia			PILATES Tiziana	TOTAL FUJIBALL Giulia			TABATA Giulia		*TRX Marco G	GAG Denise			TOTAL BODY Betty	18:00
19:00			TOTAL BODY Giulia			GAG Tiziana			FLEXABILITY Giulia		POSTURAL Marco G	ZUMBA Denise	CIRCUIT TRAINING Betty			19:00

**GYM FLOOR**

dal lunedì al venerdì 7:30 -21:00  
sabato 9:00-17:00  
domenica chiuso

**GYM FLOOR dal 29 luglio al 31 agosto - chiusa il 15 e 16 agosto**

dal lunedì al venerdì 9:00 -21:00