

ORARI GYMFLOR PERIODO NATALIZIO

IN VIGORE DAL 22 DICEMBRE 2025 AL 6 GENNAIO 2026

LUNEDI' 22/12	MARTEDI' 23/12	MERCOLEDI' 24/12	GIOVEDI' 25/12	VENERDÌ 26/12	SABATO 27/12	DOMENICA 28/12
07:30 - 22:00	07:30 - 22:00	CHIUSA	CHIUSA	CHIUSA	09.00-17.00	09.00-14.00
LUNEDI' 29/12	MARTEDI' 30/12	MERCOLEDI' 31/12	GIOVEDI' 01/01	VENERDÌ 02/01	SABATO 03/01	DOMENICA 04/01
07:30 - 22:00	07:30 - 22:00	CHIUSA	CHIUSA	07:30 - 22:00	09.00-17.00	09.00-14.00
LUNEDI' 05/01	MARTEDI' 06/01	MERCOLEDI' 07/01	GIOVEDI' 08/01	VENERDÌ 09/01	SABATO 10/01	DOMENICA 11/01
07:30 - 22:00	CHIUSA	07:30 - 22:00	07:30 - 22:00	07:30 - 22:00	09.00-17.00	09.00-14.00



CORSI SOSPESI DAL 24 AL 28 DICEMBRE - 31 DICEMBRE - 1 GENNAIO - 6 GENNAIO

	LUNEDÌ' 22/12			MARTEDÌ' 23/12			MERCOLEDÌ' 24/12			GIOVEDÌ' 25/12			VENERDÌ 26/12			SABATO 27/12			
	SALA 1	SALA2	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	SALA 1	SALA 2	SALA 3	
07.30				FAST& FURIO Marco G 30'															07.30
08.00	GYM DOLCE Tiziana					POSTURAL Marco G													08.00
09.00	TONE Tiziana	POSTURAL Emiliano		YOGA Francesca		TOTAL BODY Marco G													09.00
09.30																JUMP* Betty			09.30
10.00	TOTAL BODY Tiziana					TONE Davide													10.00
10.30																PILATES Betty			10.30
11.00	PILATES Tiziana					POSTURAL Davide													11.00
11.30																YOGA Betty 90'			11.30
13.00	PUMP Tiziana					FAT BURNING Francesca													13.00
16.00	TOTAL BODY Giulia																		16.00
17.00	TRX* Giulia		PILATES Betty																17.00
18.00	ABD POWER Marco M	FLEX Giulia	GAG Betty	PILATES Swami	TRX* Marco M													18.00	
19.00	ARM WORKOU Giulia	YOGA Betty	WIP Marco M 120'	CORE Marco M														19.00	
20.00				FITBOXE Marco M															20.00

CORSI SOSPESI DAL 24 AL 28 DICEMBRE - 31 DICEMBRE - 1 GENNAIO - 6 GENNAIO

	LUNEDI' 29/12			MARTEDI' 30/12			VENERDì 02/01			SABATO 03/01				
	SALA 1	SALA2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3		
07.30				FAST& FURIO Marco G 30'			FAST& FURIO Marco G 30'						07.30	
08.00	GYM DOLCE Tiziana			POSTURAL Marco G			POSTURAL PILATES Marco G						08.00	
09.00	TONE Tiziana		POSTURAL Emiliano	YOGA Francesca		TOTAL BODY Marco G			POSTURAL Marco G				09.00	
09.30										JUMP* Betty			09.30	
10.00													10.00	
10.30													10.30	
11.00													11.00	
11.30													11.30	
13.00													13.00	
16.00													16.00	
17.00													17.00	
18.00	ABD POWER Marco M		GAG A GOGO Betty	PILATES Swami	TRX* Marco M	STEP Rox	PILATES Denise		TOTAL BODY Betty				18.00	
19.00	YOGA Betty			WIP Marco M 120'		CORE Marco M	GAG Rox	FLEX Betty		ZUMBA Denise				19.00
20.00													20.00	

ORARI CORSI FITNESS PERIODO NATALIZIO

IN VIGORE DAL 22 DICEMBRE 2025 AL 6 GENNAIO 2026

CORSI SOSPESI DAL 24 AL 28 DICEMBRE - 31 DICEMBRE - 1 GENNAIO - 6 GENNAIO

	LUNEDI' 05/01			MARTEDI' 06/01			MERCOLEDI' 07/01			GIOVEDI' 08/01			VENERDì 09/01			SABATO 10/01						
	SALA 1	SALA2	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	SALA 1	SALA 2	SALA 3				
07.30													FAST& FURIO Marco G 30'						07.30			
08.00	GYM DOLCE Tiziana						PILATES Tiziana			POSTURAL Emiliano			POSTURAL PILATES Marco G						08.00			
09.00	TONE Tiziana	POSTURAL Marco G					TONE Tiziana			EASY LINE Rox		PILATES Tiziana		POSTURAL Marco G					09.00			
09.30																JUMP* Betty		PILATES Tiziana	09.30			
10.00	TOTAL BODY Tiziana						CIRCUIT TRAINING Francesca		GYM DOLCE Tiziana		MOBILITY Rox		STEP&TON E Tiziana		GYM DOLCE Betty					10.00		
10.30																PILATES Betty		GAG Tiziana	10.30			
11.00	PILATES Tiziana						JUMP* Francesca		PILATES Tiziana		GAG Tiziana			TONE UP Betty					11.00			
11.30																YOGA Betty 90'		TOTAL BODY Tiziana	11.30			
13.00	PUMP Tiziana						PILATES Tiziana			GAG Rox			TRX* Yojan						13.00			
16.00										POSTURA L Davide									16.00			
17.00	PILATES Betty						TRX* Giulia			CIRCUIT TRAINING Davide			BARRE Denise						17.00			
18.00	ABD POWER Marco M	GAG Betty					PILATES Swami		TABATA Giulia		GAG Giulia		TRX* Marco M		POSTURAL Marco G		PILATES Denise		TOTAL BODY Betty	18.00		
19.00	YOGA Betty		WIP Marco M 120'				THAT'S BALL Giulia		YOGA Swami		ZUMBA Denise		WALK* Marco G		FLEX Giulia		WIP Marco M 120'		FLEX Betty		ZUMBA Denise	19.00
20.00							UP WARD* Giulia															20.00