

Orario valido da Gennaio 2026

	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO		DOMENICA	
Ora	Sala	Corso	Sala	Corso	Sala	Corso	Sala	Corso	Sala	Corso	Sala	Corso	Sala	Corso
09.00-09.50	A	Soft-Body			A	Soft-Body			A	Soft-Body	B	Group Cycling		
10.00-10.50	A	Body-Tonic			A	Body-Tonic			A	Body-Tonic			A	Cross Cardio
09.30-10.30														
13.00-13.50	B	Funzionale			B	Funzionale			B	Stretching				
17.00-17.50														
18.00-18.50	A	Total Body	A	Gag	A	Total Body	A	Gag	A	Tonificazione				
18.00-18.50					B	Fit-Boxe			B	Flex				
18.30-19.30			B	Group Cycling			B	Group Cycling						
19.00-19.50	A	Aero Fit	A	Flex	A	Step	A	Pilates	B	Power Yoga				
19.00-19.50	B	Walking			B	Walking								
19.30-20.30			B	Group Cycling			B	Group Cycling						
20.00-20.50			A	Balli caraibici										

ISTRUTTRICI
Lenny Garosi
Monica Malagnini
Simona Mattioli
Sofia Baccolini
Sofia Sambin