

LUNEDI			MARTEDI			MERCOLEDI		
TATAMI	PARQUET	STUDIO	TATAMI	PARQUET	STUDIO	TATAMI	PARQUET	STUDIO
7,00-8,00 FIT GARDEN						7,00-8,00 FIT GARDEN		
8,30-10,00 FIT GARDEN						8,30-10,00 FIT GARDEN		
	9,30-10,30 TOTAL BODY			9,30-10,30 FITBOXE			9,30-10,30 TOTAL BODY	
	10,45-11,45 RISVEGLIO MUSCOLARE						10,45-11,45 RISVEGLIO MUSCOLARE	
	14,30-15,30 FIT GARDEN						13,15-14,15 TOTAL BODY	
	outdoor				15,00-16,00 WELLBACK SYSTEM		14,30-15,30 FIT GARDEN	
				16,00-17,00 POSTURALE			outdoor	
16,30-17,30 JUDO						16,30-17,30 JUDO		
MOTRICITA' asilo-1°elem	17,00-18,00 FUNZIONALE	17,15-18,15 PILOGA	17,00-18,00 TESSUTI AEREI (7-12 anni)	17,15-18,15 GAG		MOTRICITA' asilo-1°elem	17,00-18,00 FUNZIONALE	
17,30-18,30 JUDO 3			18,00-19,00 TESSUTI AEREI (7-12 anni)	18,15-19,15 AEROBICA LATINA		17,30-18,30 JUDO 3		
2°-3°- 4°- 5° el. 1° media	18,15-19,15 SALSATION	18,30-19,30 PILOGA	19,00-20,00 CORPO LIBERO	19,15-20,15 GROUP CYCLING	19,15-20,15 WALKING	2°-3°- 4°- 5° el. 1° media	18,15-19,15 SALSATION	
18,30-19,30 CORPO LIBERO	19,15-20,15 FUNZIONALE		20,00-21,30			18,30-19,30 CORPO LIBERO	19,15-20,15 FUNZIONALE	
			TESSUTI AEREI da 13 anni-adulti			19,30-21,00 JUDO		20,00-21,00 WELLBACK SYSTEM
19,30-21,00 JUDO	20,15-21,15 TOTAL BODY	20,00-21,00 WELLBACK SYSTEM				da 2° media superiori/adulti	20,15-21,15 TOTAL BODY	
da 2° media superiori/adulti								

TUTTI I CORSI SI SVOLGERANNO CON UN MINIMO DI 5 PERSONE. IN CASO CONTRARIO, LA LEZIONE SARA' ANNULLATA UN'ORA PRIMA. NEL CASO IN CUI UN CORSO NON RAGGIUNGA LE 5 PERSONE PER PIÙ DI 5 SETTIMANE, IL CORSO SARA' DEFINITIVAMENTE CHIUSO.

GIOVEDI			VENERDI			SABATO	
TATAMI	PARQUET	STUDIO	TATAMI	PARQUET	STUDIO	TATAMI	PARQUET
			7,00-8,00 FIT GARDEN				
	9,30-10,30 STRETCHING DINAMICO		8,00-9,30 MINI GRUPPO	8,30-10,00 FIT GARDEN			9,30-10,30 TOTAL BODY
				9,30-10,30 CORPO LIBERO			10,45-11,45 GROUP CYCLING
				13,15-14,15 ALLENAM. IN SOSPENSIONE			
				14,30-15,30 FIT GARDEN		15,00-16,00 WELLBACK SYSTEM	
				outdoor			
				16,00-17,00 POSTURALE			
		16,30-20,30		16,30-17,30 JUDO MOTRICITA' asilo-1°elem			
17,00-18,00 TESSUTI AEREI (7-12 anni)	17,15-18,15 GAG	17,15-18,15 PILOGA	MINI GRUPPO	17,30-18,30 JUDO 3 2°-3°- 4°- 5° ele. 1° media		18,00-19,00 WALKING	
18,00-19,00 TESSUTI AEREI (7-12 anni)	18,15-19,15 FITBOXE	18,30-19,30 PILOGA		18,30-19,30 CORPO LIBERO		18,30-20,00	
19,00-20,00 CORPO LIBERO	19,15-20,15 GROUP CYCLING				19,00-20,00 AEROBICA LATINA	MINI GRUPPO	
20,00-21,30				19,30-21,00 JUDO da 2° media superiori/adulti			
TESSUTI AEREI da 13 anni-adulti							

TUTTI I CORSI SI SVOLGERANNO CON UN MINIMO DI 5 PERSONE. IN CASO CONTRARIO, LA LEZIONE SARA' ANNULLATA UN'ORA PRIMA.NEL CASO IN CUI UN CORSO NON RAGGIUNGA LE 5 PERSONE PER PIÙ DI 5 SETTIMANE, IL CORSO SARA' DEFINITIVAMENTE CHIUSO.