

	LUNEDI'				MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'				VENERDI'				SABATO	
	STUDIO 1	PISCINA	SPINN		STUDIO 1	PISCINA		STUDIO 1	PISCINA		STUDIO 1	STUDIO 2	PISCINA		STUDIO 1	PISCINA	SPINN		STUDIO 1	PISCINA
09.00	TONE UP			09.00	GYM DANCE		09.00	POSTURALE		09.00	TONE UP			09.00	GAG			09.00	YOGA	
10.00		10.15 ACQUA FIT		10.00	TONE UP		10.00	FUNCTIONAL TONE		10.00	PILATES			10.00	CIRCUIT TRAINING	10.15 ACQUA FIT		10.00	TONE UP	
11.00				11.00	PILATES		11.00			11.00	TONE UP			11.00				11.00	MOBILITY	ACQUA BIKE
12.00	POWER FUNCTIONAL	ACQUA GYM		12.00	AERODANCE		12.00	TONE UP	ACQUA BIKE	12.00	AERODANCE			12.00	TOTAL BODY			12.00	FIT DANCE	ACQUA GYM
13.00	FAT BURNING	ACQUA BIKE		13.00	TONE UP	ACQUA TONE	13.00	TOTAL BODY	ACQUA GYM	13.00	POWER YOGA	13.30 FIT BOXE		13.00	LATIN MOOVE	ACQUA GYM	SPINN	13.00	LATIN MOOVE	
14.00					LATIN MOOVE															
15.00				15.00			15.00	YOGA		15.00				15.00				15.00		
16.00	BODY FIT			16.00			16.00	TONE UP		16.00				16.00				16.00		
17.00	PILATES			17.00	PILATES		17.00	BODY SCULPT		17.00	PILATES			17.00	YOGA			17.00		
18.00	AERODANCE	ACQUA GYM		18.00	TONE UP	18.15 ACQUA BIKE	18.00	AEROSPORT	ACQUA TONE	18.00	TOTAL BODY		18.15 ACQUA BIKE	18.00	FIT DANCE			18.00		
19.00	TONE UP		SPINN	19.00	TRX	19.15 ACQUA GYM	19.00	TONE UP	19.30 ACQUA CIRCUIT	19.00	LATIN MOOVE		19.15 ACQUA GYM	19.00	19.30 TONE UP	ACQUA GYM		19.00		
20.00	TRX CIRCUIT			20.00			20.00	PUMP		20.00	FIT BOXE			20.00				20.00		
21.00				21.00			21.00			21.00				21.00				21.00		

ORARIO DEFINITIVO SALVO ERRORI E/O OMISSIONI

| Alcune lezioni potrebbero subire piccole variazioni dovute a ragioni organizzative e partecipazione dei soci

CONTATTI: info@iftopalestre.it - Cell. 350 9008729 - Tel. 0116997769