

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9,00 - 10,00 Risveglio muscolare	9,00 - 10,00 AFA	9,00 - 10,00 Risveglio muscolare	9,00 - 10,00 AFA	9,00 - 10,00 Risveglio muscolare	
	10,00 - 11,00 Tonificazione		10,00 - 11,00 Tonificazione		10,00 - 11,00 Pilates e Postura
13,30 - 14,15 STRONG	13,30 - 14,15 Zumba	13,30 - 14,15 Pilates e Postura	13,30 - 14,15 Zumba	13,30 - 14,15 Funzionale	
	16,30-17,30 ginnastica posturale		16,30-17,30 ginnastica posturale		
18,30 - 19,15 Cardio Tono	18,30 - 19,15 GAG	18,30 - 19,15 Pilates	18,30 - 19,15 Zumba	18,30 - 19,15 Step e Tonificazione	
19,15 - 20,00 Funzionale	19,15- 20,00 Zumba	19,15 - 20,00 Funzionale	19,30 - 20,00 TABATA	19,15 - 20,00 GAG	