

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09.10	GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE	
10.00	GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE	
17.00						
17.50		ACQUA GYM		ACQUA GYM		

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.



**Orario dei Corsi  
dal 9 settembre  
al 30 giugno 2025**

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.15	GAG					
10.10		GINNASTICA DOLCE			GINNASTICA DOLCE	
12.30				DANZA* JAZZ FLOOR <sup>3</sup>		
13.00	GAG	PILATES		PILATES	POWER YOGA	
13.45						
18.00	POSTURAL EVOLUTION		POSTURAL PILATES			
18.30		DANZA* JAZZ FLOOR <sup>3</sup>		DANZA* CLASSICA <sup>4</sup>		
18.40				AEROFIT		
19.00	INTERVAL TRAINING		LIFE PUMP		BODY CONDITIONING	
19.30		HATHA YOGA* <sup>1</sup>				
19.40				BALCORFUN		
20.00	PILATES		PILATES			

\* YOGA E DANZA SONO GESTITI DA MAESTRI ESTERNI.

<sup>1</sup> HATHA YOGA MARTEDÌ 19.00/21.00  
Su prenotazione | Maurizio 3929909719 | Mail: yogatam@yahoo.com

<sup>3</sup> DANZA JAZZ FLOOR MERCOLEDÌ 8.30/9.30 e GIOVEDÌ 12.30/13.30

<sup>4</sup> DANZA CLASSICA NO under 40 GIOVEDÌ 13.45/14.45 e 18.30/19.30  
Su prenotazione | Nicoletta 3473250590

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09.15	MORNING FIT			MORNING FIT		
13.00	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING	
17.00						
18.20	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING	
18.30						
19.20	CALISTHENICS		CALISTHENICS		CALISTHENICS	
19.30		EVENING FIT				
20.20	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING			

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.