



ESTATE 2015 - ORARI SALA CARDIO-ISOTONICA e FITNESS



Lunedì 20 luglio	Martedì 21 luglio	Mercoledì 22 luglio	Giovedì 23 luglio	Venerdì 24 luglio	Sabato 25 luglio	Domenica 26 luglio
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 18,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
08,00 - 09,00 sala Step & Tone 2	09,30 - 10,30 sala Gym Music 2	08,00 - 09,00 sala Circuit 2	09,30 - 10,30 sala Gym Music 2	08,00 - 09,00 sala G.A.G. 2	11,00 - 12,00 sala Circuit 2	10,30 - 11,30 sala 2
09,30 - 10,30 sala G.A.G. 2	09,45 - 11,15 sala True Power Yoga polif.	09,30 - 10,30 sala Total Body 2	09,45 - 11,15 sala True Power Yoga polif.	09,30 - 10,30 sala Step & Tone 2	12,00 - 13,00 sala Prepugilistica polif.	10,30 - 11,30 sala Group Cycling 1
10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	11,30 - 12,30 sala Prepugilistica polif.	10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	11,30 - 12,30 sala Prepugilistica polif.	10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	
11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2	12,00 - 13,00 sala Zumba 2	11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2	12,00 - 13,00 sala Zumba 2	11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2		
11,00 - 12,00 sala Fitball polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	11,00 - 12,00 sala Fitball polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	11,00 - 12,00 sala Fitball polif.		
12,00 - 13,00 sala Total Body 2	13,30 - 14,30 sala Pilates polif.	12,00 - 13,00 sala Total Body 2	13,30 - 14,30 sala Pilates polif.	12,00 - 13,00 sala Total Body 2		
12,15 - 13,15 sala Postural polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	12,15 - 13,15 sala Postural polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	12,15 - 13,15 sala Postural polif.		
13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1	13,30 - 14,30 sala Latin Up 2	13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1	13,30 - 14,30 sala Latin Up 2	13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1		
13,30 - 14,30 sala M.E.T. 2	18,00 - 19,00 sala Corpo Libero 2	13,30 - 14,30 sala M.E.T. 2	18,00 - 19,00 sala Corpo Libero 2	13,30 - 14,30 sala Pump 2		
13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	18,30 - 20,00 sala True Power Yoga polif.	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	18,30 - 20,00 sala True Power Yoga polif.	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.		
18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2	19,00-20,00 sala G.A.G. 2	18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2	19,00-20,00 sala Tone Up 2	18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2		
19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		
19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		
Lunedì 27 luglio	Martedì 28 luglio	Mercoledì 29 luglio	Giovedì 30 luglio	Venerdì 31 luglio	Sabato 01 agosto	Domenica 2 agosto
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 18,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
08,00 - 09,00 sala Step & Tone 2	09,30 - 10,30 sala Gym Music 2	08,00 - 09,00 sala Circuit 2	09,30 - 10,30 sala Gym Music 2	08,00 - 09,00 sala G.A.G. 2	11,00 - 12,00 sala Circuit 2	
09,30 - 10,30 sala G.A.G. 2	09,45 - 11,15 sala True Power Yoga polif.	09,30 - 10,30 sala Total Body 2	09,45 - 11,15 sala True Power Yoga polif.	09,30 - 10,30 sala Step & Tone 2	12,00 - 13,00 sala Prepugilistica polif.	
10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	11,30 - 12,30 sala Prepugilistica polif.	10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	11,30 - 12,30 sala Prepugilistica polif.	10,00 - 11,00 sala Pilates polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	
11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2	12,00 - 13,00 sala Zumba 2	11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2	12,00 - 13,00 sala Zumba 2	11,00 - 12,00 sala Ginnastica 2		
11,00 - 12,00 sala Fitball polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	11,00 - 12,00 sala Fitball polif.	12,30 - 13,30 sala Group Cycling 1	11,00 - 12,00 sala Fitball polif.		
12,00 - 13,00 sala Total Body 2	13,30 - 14,30 sala Pilates polif.	12,00 - 13,00 sala Total Body 2	13,30 - 14,30 sala Pilates polif.	12,00 - 13,00 sala Total Body 2		
12,15 - 13,15 sala Postural polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	12,15 - 13,15 sala Postural polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	12,15 - 13,15 sala Postural polif.		
13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1	13,30 - 14,30 sala Latin Up 2	13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1	13,30 - 14,30 sala Latin Up 2	13,30 - 14,30 sala Forza Funzionale 1		
13,30 - 14,30 sala M.E.T. 2	18,00 - 19,00 sala Corpo Libero 2	13,30 - 14,30 sala M.E.T. 2	18,00 - 19,00 sala Corpo Libero 2	13,30 - 14,30 sala Pump 2		
13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	18,30 - 20,00 sala True Power Yoga polif.	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	18,30 - 20,00 sala True Power Yoga polif.	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.		
18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2	19,00-20,00 sala G.A.G. 2	18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2	19,00-20,00 sala Tone Up 2	18,30 - 19,30 sala Toning Zone 2		
19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		19,00 - 20,30 sala Prepugilistica polif.		
19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		19,15 - 20,15 sala Gym Music 1		
Lunedì 03 agosto	Martedì 04 agosto	Mercoledì 05 agosto	Giovedì 06 agosto	Venerdì 07 agosto	Sabato 08 agosto	Domenica 09 agosto
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 14,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
08,30-09,30 sala G.A.G. 2	09,00 - 10,00 sala Tonificazione 2	08,30-09,30 sala Total Body 2	09,00 - 10,00 sala Tonificazione 2	08,30-09,30 sala Gym Music 2		
13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	13,30-14,30 sala Group Cycling 1	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	13,30-14,30 sala Group Cycling 1	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.		
19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.	19,00-20,00 sala Total Body 2	19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.	19,00-20,00 sala Total Body 2	19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.		
Lunedì 10 agosto	Martedì 11 agosto	Mercoledì 12 agosto	Giovedì 13 agosto	Venerdì 14 agosto	Sabato 15 agosto	Domenica 16 agosto
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
Lunedì 17 agosto	Martedì 18 agosto	Mercoledì 19 agosto	Giovedì 20 agosto	Venerdì 21 agosto	Sabato 22 agosto	Domenica 23 agosto
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 14,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
Lunedì 24 agosto	Martedì 25 agosto	Mercoledì 26 agosto	Giovedì 27 agosto	Venerdì 28 agosto	Sabato 29 agosto	Domenica 30 agosto
07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 21,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 14,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
08,30-09,30 sala Total Body 2	09,00 - 10,00 sala Corpo Libero 2	08,30-09,30 sala Total Body 2	09,00 - 10,00 sala Corpo Libero 2	08,30-09,30 sala Total Body 2		
18,30 - 19,30 sala G.A.G. 2	19,00-20,00 sala Total Body 2	18,30 - 19,30 sala Circuit 2	19,00-20,00 sala Total Body 2	18,30 - 19,30 sala Tone Up 2		
Lunedì 31 agosto	Martedì 01 settembre	Mercoledì 02 settembre	Giovedì 03 settembre	Venerdì 04 settembre	Sabato 05 settembre	Domenica 06 settembre
07,00 - 22,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 22,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 22,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 22,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 22,00 Sala cardio-isotonica	07,00 - 18,30 Sala cardio-isotonica	08,30 - 14,00 Sala cardio-isotonica
08,30-09,30 sala G.A.G. 2	09,00 - 10,00 sala Tonificazione 2	08,30-09,30 sala Circuit 2	09,00 - 10,00 sala Tonificazione 2	08,30-09,30 sala Tone Up 2		
13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.	13,30 - 14,30 sala Group Cycling 1	13,30 - 15,00 sala Prepugilistica polif.		
19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.	19,30-20,30 sala Gym Music 2	19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.	19,30-20,30 sala Gym Music 2	19,00-20,30 sala Prepugilistica polif.		