

| | | | |
|------------------|---|----------------------------|----------------------|
| SSNEFIT | BODY BUILDING (sala pesi) | MAR.-MERC.-VEN. | 10:00 - 11:30 |
| | | da LUNEDÌ a VENERDÌ | 14:30 - 21:30 |
| | | SABATO | 10:30 - 12:30 |
| | | | 14:30 - 17:30 |
| | GINNASTICA DOLCE | MARTEDÌ - VENERDÌ | 10:00 - 11:00 |
| | GINNASTICA di TONIFICAZIONE e MANTENIMENTO | LUNEDÌ - MERCOLEDÌ | 14:30 - 15:30 |
| | GINNASTICA POSTURALE | MERCOLEDÌ | 17:00 - 18:00 |
| | DETENSIONE MUSCOLARE | MERCOLEDÌ | 19:30 - 20:15 |
| | AEROBICA - TONIFICAZIONE | MARTEDÌ | 18:45 - 19:30 |
| | FIT BOXE | LUNEDÌ - GIOVEDÌ | 18:30 - 19:15 |
| | | MERCOLEDÌ | 18:45 - 19:30 |
| | | SABATO | 11:00 - 11:45 |
| | G.A.G. | GIOVEDÌ | 19:15 - 19:45 |
| | STEP | LUNEDÌ | 19:50 - 20:35 |
| | | GIOVEDÌ | 19:45 - 20:30 |
| | BODY SCULPTURE | LUNEDÌ | 19:15 - 19:50 |
| MERCOLEDÌ | | 18:05 - 18:45 | |
| SABATO | | 11:45 - 12:15 | |
| ZUMBA | LUNEDÌ | 20:45 - 21:30 | |
| | VENERDÌ | 18:45 - 19:30 | |

| | | |
|----------------|----------------|----------------------|
| PILATES | MARTEDÌ | 18:00 - 18:45 |
| | GIOVEDÌ | 20:45 - 21:30 |

| | | |
|--------------------------------|----------------|----------------------|
| ragazzi GINN. ARTISTICA | GIOVEDÌ | 16:30 - 17:20 |
| | | 17:20 - 18:10 |

| | | | | |
|---------------------|---------------|---------------------------|--------------------------|----------------------|
| ALIZIARMTIAR | KARATE | AIKIDO | MARTEDÌ - VENERDÌ | 21:00 - 22:15 |
| | | <i>adulti</i> | MARTEDÌ - VENERDÌ | 19:30 - 21:00 |
| | | <i>agonisti</i> | MERCOLEDÌ | 20:30 - 22:00 |
| | | | SABATO | 14:30 - 17:30 |
| | | <i>ragazzi ELEMENTARI</i> | MARTEDÌ - VENERDÌ | 16:45 - 17:45 |
| | | <i>ragazzi MEDIE</i> | LUNEDÌ | 17:00 - 18:00 |
| | | | VENERDÌ | 17:45-18:45 |