

Sala Grande						Sala M5					Iasalamacchine					SalaGr	Sala M5	Ism				
Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora	sabato		Ora	
9.00						9.00		Gpp		Gpp		9.00						9.00	Gpp		9.00	
9.15						9.15		Slim Belly		Slim Belly		9.15						9.15	Abdominal		9.15	
9.30						9.30		9.00		9.00		9.30						9.30	Gpp		ICR	9.30
9.45						9.45						9.45						9.45	Power		9.30	9.45
10.00		Gpp			Gpp	10.00						10.00						10.00				10.00
10.15		Manten			Manten	10.15						10.15						10.15				10.15
10.30		10.00			10.00	10.30						10.30						10.30				10.30
10.45						10.45						10.45						10.45				10.45
11.00						11.00						11.00						11.00				11.00
11.15						11.15						11.15						11.15				11.15
11.30						11.30						11.30						11.30				11.30
11.45						11.45						11.45						11.45				11.45
12.00						12.00						12.00						12.00				12.00
12.15						12.15						12.15						12.15				12.15
12.30						12.30						12.30						12.30				12.30
12.45						12.45						12.45						12.45				12.45
13.00		Pilates		Pilates		13.00		GPP		GPP	Gpp	13.00	ICR	Roto	ICR	Roto	13.00				13.00	
13.15		13.00		13.00		13.15		Burning		Burning	Slim Belly	13.15	13.00	Nov	13.00	Nov	13.15				13.15	
13.30						13.30		13.00		13.00	12.30	13.30		13.00		13.00	13.30				13.30	
13.45						13.45						13.45						13.45				13.45
14.00						14.00						14.00						14.00				14.00

Sala Grande						Sala M5					Iasalamacchine							
Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Ora
17.20		Pilates		Pilates		17.20						17.20						17.20
17.30		17.20		17.20		17.30						17.30						17.30
17.45						17.45						17.45						17.45
18.00						18.00						18.00						18.00
18.15		Pilates		Pilates	Gpp	18.15	Gpp		Gpp			18.15	ICR		ICR		18.15	
18.30	Gpp	18.15	Gpp	18.15	Tonic	18.30	Burning	M5	Burning	M5		18.30	18.15		18.15		18.30	
18.45	Roto		Roto		18.15	18.45	18.15	18.30	18.15	18.30		18.45					18.45	
19.00	Gpp		Gpp			19.00						19.00		Roto		Roto	ICR	
19.15	Tonic	Pilates	Tonic	Pilates	Fit Ball	19.15	M5	Gpp	M5	Gpp	M5	19.15	Roto	Dic	Roto	Dic	19.00	
19.30	19.00	19.15	19.00	19.15	19.15	19.30	19.15	Burning	19.15	Burning	19.15	19.30	Nov	19.00	Nov	19.00	19.30	
19.45						19.45						19.45	19.15		19.15		19.45	
20.00	Gpp		Gpp			20.00	Gpp		Gpp		M5	20.00		ICR		ICR	Roto	
20.15	Abdominal	Gpp	Abdominal	Gpp	Gpp	20.15	Burning	Pilates	Burning	Pilates	20.00	20.15	ICR	20.00	ICR	20.00	Sport	
20.30	TKD	Roto	TKD	Roto	Tonic	20.30	20.00	20.15	20.00	20.15		20.30	20.15		20.15		20.30	
20.45	20.30	Gpp	20.30	Gpp	20.15	20.45						20.45					20.45	
21.00		Sport		Sport		21.00						21.00		Roto		Roto	21.00	
21.15						21.15						21.15	Roto	Nov	Roto	Nov	21.15	
21.30						21.30						21.30	Dic	21.00	Dic	21.00	21.30	
21.45						21.45						21.45	21.15		21.15		21.45	
22.00						22.00						22.00					22.00	
22.15						22.15						22.15					22.15	