

# Sala A

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
	13,30-15,00 <b>BOXE</b>		13,30-15,00 <b>BOXE</b>		13,30-15,00 <b>BOXE</b>
					15,45-17,00 <b>Karate b.g.a.v.b</b>
17,00-18,00 <b>Judo Bambini</b>	17,00-18,00 <b>Karate Bambini</b>	17,00-18,00 <b>Judo Bambini</b>	17,00-18,00 <b>Karate Bambini</b>	17,00-18,00 <b>Judo Bambini</b>	17,00-18,30 <b>Karate b.m.n.</b>
18,00-19,10 <b>Judo Ragazzi</b>	18,00-19,00 <b>Karate Ragazzi</b>	18,00-19,10 <b>Judo Ragazzi</b>	18,00-19,00 <b>Karate Ragazzi</b>	18,00-19,10 <b>Judo Ragazzi</b>	
19,10-20,20 <b>Judo Esordienti</b>	19,00-20,30 <b>BOXE</b>	19,10-20,20 <b>Judo Esordienti</b>	19,00-20,30 <b>BOXE</b>	19,10-20,20 <b>Judo Esordienti</b>	
20,00-21,30 <b>Judo Adulti</b>		20,00-21,30 <b>Judo Adulti</b>		20,00-21,30 <b>Judo Adulti</b>	

# Sala B

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
9,00-10,00 <b>Sbarra a terra</b>		9,00-10,00 <b>Sbarra a terra</b>		9,00-10,00 <b>Sbarra a terra</b>	
10,00-11,30 <b>Classico</b>	10,00-11,30 <b>Classico</b>	10,00-11,30 <b>Classico</b>	10,00-11,30 <b>Classico</b>	10,00-11,30 <b>Classico</b>	
15,30-17,00 <b>Danza</b>		15,30-17,00 <b>Danza</b>		15,30-17,00 <b>Danza</b>	
17,00-18,00 <b>Danza</b>		17,00-18,00 <b>Danza</b>		17,00-18,00 <b>Danza</b>	
18,00-19,30 <b>Danza</b>	18,00-19,00 <b>Ginn.Generale LUISA</b>	18,00-19,30 <b>Danza</b>	18,00-19,00 <b>Ginn.Generale LUISA</b>	18,00-19,30 <b>Danza</b>	
19,30-20,30 <b>Shaping ALDO</b>	19,10-20,20 <b>Karate Agonisti</b>	19,30-20,30 <b>Body Pump ALDO</b>	19,10-20,20 <b>Karate Agonisti</b>	19,30-20,30 <b>Muscle Definit. ALDO</b>	
20,30-21,30 <b>Body Pump ALDO</b>	20,20-21,45 <b>Karate Adulti</b>	20,30-21,30 <b>Shaping ALDO</b>	20,20-21,45 <b>Karate Adulti</b>	20,30-21,30 <b>G,A.G. ALDO</b>	

## Sala C

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
9,30-10,30 Ginn.Generale LUISA	9,30-10,30 Total Body GIGLIOLA	9,30-10,30 Ginn.Posturale LUISA	9,30-10,30 Total Body GIGLIOLA	9,30-10,30 Ginn.Posturale LUISA	
	10,30-11,30 Yogalates GIGLIOLA	10,30-11,30 Ginn.Generale LUISA	10,30-11,30 Yogalates GIGLIOLA		10,00-11,00 Interval Train. MORENA
13,30-14,30 Body Pump ALESSANDRA	13,30-14,30 TRaX Circuit MORENA	13,30-14,30 Body Pump ALESSANDRA	13,30-14,30 TRaX Circuit MORENA	13,30-14,30 Cardio G.A.G. ALESSANDRA	
14,30-15,30 Muscle Defin. ALESSANDRA	5	14,30-15,30 G.A.G. ALESSANDRA			
15,30-16,30 Danza	16,00-17,00 Danza	15,30-16,30 Danza	16,00-17,00 Danza	15,30-16,30 Danza	
16,30-18,00 Danza	17,00-18,00 Ginn.Posturale LUISA		17,00-18,00 Ginn.Posturale LUISA	16,30-18,00 Danza	
18,00-18,50 Total Body Workout ALESSANDRA	18,00-19,00 METCON FRANCESCO	18,00-18,50 G.A.G MORENA	18,00-19,00 LEGS & BOOTY FRANCESCO	18,00-18,50 Seven. MORENA	
18,50-19,40 Body Pump ALESSANDRA	19,00-20,00 Interval Train. FRANCESCO	18,50-19,40 Total Body MORENA	19,00-20,00 Interval Train. FRANCESCO	18,50-19,40 Body Pump MORENA	
19,40-21:15 Kick Boxing	20,30-21,30 Salsa Princ.	19,40-21,15 Kick Boxing	20,00-21,30 Balli Standard	19,40-21,15 Kick Boxing	
21,15-22,15 Bach Princ	21,30-22,30 Salsa Intern.		21,30-22,30 Caribbean Style 3 Liv		
22,15-23,15 Bach Intern			22,30-23,30 Show di Gruppo		

## Sala D

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
15,30-17,00 Danza	16,30-18,00 Danza	15,30-17,00 Danza	16,30-18,00 Danza	15,30-17,00 Danza	
17,00-18,00 Danza	18,00-18,50 Pilates	17,00-18,00 Danza	18,00-18,50 Pilates	17,00-18,00 Danza	
18,00-19,00 Danza	18,50-19,40 Pilates	18,00-19,00 Danza	18,50-19,40 Pilates	18,00-19,00 Danza	
19,00 20,30 Danza	19,40-20,30 Pilates	19,00 20,30 Danza	19,40-20,30 Pilates	19,00 20,30 Danza	
20,15 -21,15 Lady Show			20,30-21,30 Lab.Show	20,30-21,30 Danza	