

	<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>SABATO</b>
<b>9.30 - 10.15</b>	<b>Stretch-Tone</b> Steve		<b>Stretch-Tone</b> Negio		<b>Stretch-Tone</b> Negio	
<b>10.30 - 11.15</b>	<b>Stretch-Tone</b> Steve		<b>Stretch-Tone</b> Negio		<b>Stretch-Tone</b> Negio	<b>Corso fantasia</b>
<b>13.15 - 14.15</b>	<b>Total Body workout</b> Ros	<b>Funzionale</b> Negio	<b>Pilates</b> Benedetta	<b>Funzionale</b> Steve	<b>Circuit Training</b> Ros	
<b>16.00 - 17.00</b>						
<b>17.00 - 18.00</b>						
<b>18.00 - 19.00</b>	<b>Circuit Training</b> Gaia	<b>Piloga</b> Maria Laura	<b>Cardio Tone</b> Fulvio	<b>Metconstep</b> Luca	<b>Pump</b> Fulvio	
<b>19.00 - 20.00</b>	<b>Met Conditioning</b> Benedetto	<b>Posturale</b> Maria Laura	<b>Pump</b> Fulvio	<b>Circuit Training</b> Ilaria	<b>Pilates</b> Maria Laura	
<b>20.00 - 21.00</b>	<b>Pilates</b> Benedetto	<b>Fit Boxe</b> Ros	<b>Functional Training</b> Ilaria	<b>Interval Training</b> Fulvio		
<b>21.00 - 22.00</b>	<b>Boxe Combact</b> Loris			<b>Boxe Combact</b> Loris		

**NEL PERIODO ESTIVO L'ORARIO DEI CORSI È SOGGETTO A CAMBIAMENTI A SECONDA DEL NUMERO DELLE PRESENZE**

**FUNZIONALE**

	<b>LUNEDI'</b>	<b>MARTEDI'</b>	<b>MERCOLEDI'</b>	<b>GIOVEDI'</b>	<b>VENERDI'</b>	<b>SABATO</b>
		<b>19-20</b> Negio		<b>19-20</b> Bobo		<b>12,15-13</b> a rotazione

**Tutti i corsi di funzionale sono su prenotazione**