Orari Corsi Fitness | in vigore dal 14/09/2026 al 23/12/2026

Lunedì	Martedì	Mercoledi	Giovedì	Venerdì	Sabato
09.15-10.00 **total body**	09.30-10.30 rieducazione funzionale	09.15-10.00 **core&proprioceptivity**	09.30-10.30 rieducazione funzionale	09.15-10.00 **hiit**	
10.00-10.45 **posturale**		10.00-10.45 **hiit**		10.00-10.45 **yoga fit**	
12.45-13.30 walking		12.45-13.30 **hiit**		12.45-13.30 **total body**	
17.45-18.30 hiit		17.45-18.30 fly gym	18.30-19.30 basic bodyfloor		
18.30-19.15 fit boxe	18.30-19.30 basic bodyfloor	18.30-19.30 heels	19.00-20.00 small group training	18.30-19.15 walking	
19.15-20.00 **hybrid training**	19.30-20.30 advanced bodyfloor	19.00-20.00 **pesistica**	19.30-20.30 advanced bodyfloor	**19.15-20.00** **step avanzato**	
	20.30-21.30 small group training	19.30-20.15 **hiit**		20.00-21.00 heels	

*Corsi a pagamento separato

Tutti gli orari potranno essere modificati per necessità organizzative