

FITNESS PLANNING

LUNEDÌ

7:45	PILATES (4)
8:30	STEP TONE (4)
9:30	POWER PILATES (4)
10:30	
13:15	POWER PILATES (2)
13:15	FUNZIONALE (4)
13:15	SPINNING (🌊)
14:30	
17:00	
17:30	WORK IT (4)
18:30	BOXE (4)
18:30	POWER PILATES (2)
18:30	SPINNING (🌊)
18:30	POLE DANCE OPEN (2)
19:00	CROSS (3)
19:30	ZUMBA (4)

MARTEDÌ

	YOGA (4)
	POSTURALE (4)
	YOGA (2)
	BOXE (4)
	BOXE (4)
	POLE DANCE LIVELLO 1 (2)
	STEP TONE (4)
	PILATES (4)
	POLE DANCE LIVELLO BASE (2)
	FUNZIONALE (4)

MERCOLEDÌ

	STEP TONE (4)
	POWER PILATES (4)
	POWER PILATES (2)
	FUNZIONALE (4)
	SPINNING (🌊)
	WORK IT (4)
	BOXE (4)
	POWER PILATES (2)
	SPINNING (🌊)
	POLE DANCE OPEN (2)
	CROSS (3)
	ZUMBA (4)

GIOVEDÌ

	YOGA (4)
	POSTURALE (4)
	YOGA (2)
	BOXE (4)
	BOXE (4)
	POLE DANCE LIVELLO BASE (2)
	STEP TONE (4)
	PILATES (4)
	POLE DANCE LIVELLO 1 (2)
	FUNZIONALE (4)

VENERDÌ

	STEP TONE (4)
	POWER PILATES (4)
	POWER PILATES (2)
	FUNZIONALE (4)
	SPINNING (🌊)
	WORK IT (4)
	BOXE (4)
	POWER PILATES (2)
	SPINNING (🌊)
	ZUMBA (4)

SABATO

11:00	FUNZIONALE (4)
-------	----------------

