

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
apertura centro ore 8:00	apertura centro ore 7:00	apertura centro ore 8:00	apertura centro ore 8:00	apertura centro ore 7:00	apertura centro ore 8:45
	<b>7:00</b> PT GROUP			<b>7:00</b> PT GROUP	
<b>9:15</b> ONE KORE	<b>9:15</b> PILATES	<b>9:15</b> CAR FIT	<b>9:15</b> CARDIO FLOW FIT	<b>9:15</b> HIGH INTENSITY	
	<b>10:20</b> GINNASTICA DOLCE	<b>10:30</b> WALK	<b>10:20</b> GINNASTICA DOLCE	<b>10:30</b> WALK	<b>10:30</b> Hatha Yoga
<b>13:15</b> PILATES	<b>13:15</b> CAR FIT	<b>13:15</b> ZUMBA TONIC	<b>13:30</b> SMART TRX	<b>13:15</b> ONEKORE	
<b>13:30</b> PT SPECIALIZZATO	<b>13:30</b> PT GROUP	<b>13:30</b> PT GROUP	<b>13:30</b> PT GROUP	<b>13:30</b> PT GROUP	
	<b>14:30</b> total cardio		<b>14:30</b> circuito funzionale		<b>14:00</b> BRUCIA GRASSI
<b>15:00</b> WALK	<b>15:40</b> WALK	<b>15:00</b> WALK	<b>15:40</b> WALK	<b>15:00</b> WALK	<b>15:00</b> ZUMBA
<b>16:30</b> POWER BY ONEKORE	<b>16:10</b> ZUMBA	<b>16:30</b> ONEKORE	<b>16:10</b> total cardio	<b>15:40</b> PT SPECIALIZZATO	
<b>17:45</b> HATHA YOGA	<b>17:10</b> PT GROUP	<b>17:30</b> PT SPECIALIZZATO	<b>17:10</b> PT GROUP	<b>16:00</b> TOTAL BODY STEP	
<b>18:00</b> PT GROUP	<b>17:15</b> PILATES	<b>17:30</b> PILATES PRINCIPIANTI	<b>17:15</b> PILATES	<b>17:45</b> PILATES	ORARIO IN VIGORE DAL 1 OTTOBRE AL 1 GIUGNO
<b>18:50</b> WALK		<b>18:50</b> WALK		<b>18:00</b> PT GROUP	
<b>19:00</b> PT GROUP	<b>18:15</b> Total Push Power	<b>19:00</b> PT GROUP	<b>18:15</b> PUSH ADDOME TRX	<b>19:00</b> PT GROUP	
<b>19:15</b> ONEKORE	<b>18:20</b> PT GROUP	<b>19:15</b> ZUMBA	<b>18:20</b> PT GROUP	<b>19:00</b> TONIC FIT-BOXE	
<b>19:30</b> WALK	<b>19:15</b> CARDIO/TONIC Workout	<b>19:30</b> WALK	<b>19:15</b> TOTAL BODY STEP	<b>19:30</b> WALK	
<b>20:10</b> PT GROUP	<b>19:30</b> PT SPECIALIZZATO	<b>20:10</b> PT GROUP	<b>19:30</b> PT SPECIALIZZATO	<b>20:10</b> PT GROUP	
<b>20:20</b> H.I.I.T. Work	<b>20:15</b> Functional Training	<b>20:20</b> SPINNING	<b>20:15</b> Functional Step		
<b>20:20</b> H.I.I.T. Work	<b>20:15</b> Functional Training	<b>20:20</b> SPINNING	<b>20:15</b> Functional Step		
<b>20:20</b> H.I.I.T. Work	<b>20:15</b> Functional Training	<b>20:20</b> SPINNING	<b>20:15</b> Functional Step		
<b>20:20</b> H.I.I.T. Work	<b>20:15</b> Functional Training	<b>20:20</b> SPINNING	<b>20:15</b> Functional Step		
chiusura centro ore 22:00	chiusura centro ore 22:00	chiusura centro ore 22:00	chiusura centro ore 22:00	chiusura centro ore 21:30	chiusura centro ore 17:30

\*ultimo lunedì del mese  
power by onekore