

PROGRAMMA CORSI '25/26



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
8:30 - 9:30					RAGAETTON LATIN DANCE
8:50 - 9:50			FITBOXE		
9:00 - 10:00	TOTAL BODY	BODY FIT		BODY FIT	
11:00 - 12:00	POSTURAL PILATES			POSTURAL PILATES	
13:00 - 13:50		HIIT WORKOUT		HIIT WORKOUT	
16:00 - 17:00	POSTURALE			POSTURALE	
17:00 - 17:50		GIOCO SPORT KARATE <small>*EXTRAPLANNING</small>			GIOCO SPORT KARATE <small>*EXTRAPLANNING</small>
17:50 - 18:50		KARATE BAMBINI <small>*EXTRAPLANNING</small>			KARATE BAMBINI <small>*EXTRAPLANNING</small>
18:00 - 18:50	STEP & TONE		FITBOXE	CRAZY TONE	
19:00 - 19:50	GAG	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING	PILATES	CARDIO FIT
20:00 - 20:50	CARDIO FIT		PUMP		