

# Planning corsi stagione 2022

Lunedì	FIUOCO	09:30 BODY ACTIVE	10:30 YOGA	12:45 TRX	15:00 GINN. POSTURALE	18:00 TRX	18:45 GAG	19:30 FIT & BOXE	CHIUSSURA	FIUOCO	Lunedì
	TERRA			12:45 INDOOR CYCLING			18:45 INDOOR CYCLING	19:45 INDOOR CYCLING	CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA							19:15 FUNCTIONAL TRAINING	20:00 YOGA	ARIA	

Martedì	FIUOCO	09:30 PILATES	10:30 FIT&BOXE	12:45 BODY TONE			18:15 STEP	19:00 PUMP	19:45 WALK UP	CHIUSSURA	FIUOCO	Martedì
	TERRA						18:30 INDOOR CYCLING			CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA									ARIA		

Mercoledì	FIUOCO	09:30 BODY TONE	10:20 FLEXABILITY	12:45 FIT & BOXE	15:00 WALK UP		18:00 HIIT	18:45 SUPER JUMP	19:30 POWER CIRCUIT	CHIUSSURA	FIUOCO	Mercoledì
	TERRA						18:45 INDOOR CYCLING	19:45 INDOOR CYCLING		CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA									ARIA		

Giovedì	FIUOCO		10:30 PILATES	12:45 POWER CIRCUIT			18:15 FIT & BOXE	19:15 BODY TOT	20:00 YOGA	CHIUSSURA	FIUOCO	Giovedì
	TERRA	09:30 WALK UP					18:00 WALK UP			CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA									ARIA		

Venerdì	FIUOCO	9:30 YOGA					17:30 GINN. POSTURALE		19:00 FUNCTIONAL TRAINING	CHIUSSURA	FIUOCO	Venerdì
	TERRA			12:45 INDOOR CYCLING				18:15 WALK UP		CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA									ARIA		

Sabato	FIUOCO	09:30 A ROTAZIONE	10:30 A ROTAZIONE						CHIUSSURA	FIUOCO	Sabato
	TERRA								CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA								ARIA		

Domenica	FIUOCO		10:30 A ROTAZIONE	CHIUSSURA	FIUOCO	Domenica
	TERRA			CHIUSSURA	TERRA	
	ARIA			ARIA		