



## CALENDARIO SALA 1

|       | LUNEDÌ  | MARTEDÌ              | MERCOLEDÌ   | GIOVEDÌ              | VENERDÌ   |
|-------|---|----------------------|---|----------------------|---|
| 09:00 | Ginnastica Dolce  |                      |   | Ginnastica Dolce     |   |
| 10:00 |   | "Soft" Pilates       |   |                      | "Soft" Pilates  |
| 10:30 |   |                      |   | FOOT Fitness         |   |
| 13:45 | <b>Z</b> Fitness  |                      | <b>Z</b> Fitness  | <b>Z</b> Fitness     |   |
| 15:00 | Light Dance   |                      | Light Dance   |                      |   |
| 17:00 | <b>Kids in MUSIC</b><br><small>(dai 4 ai 6 anni)</small>  | Ginnastica Dolce     |  Tik Tok DANCE     | Ginnastica Dolce     |  Tik Tok DANCE |
| 18:10 | <b>VIDEODANCE</b>  | Pilates Principianti | <b>VIDEODANCE</b>  | Pilates Principianti |   |
| 19:15 | <b>Z</b> Fitness (20:10)  | Functional Circuit   | Body Rolling  | Functional Circuit   |   |

## CALENDARIO SALA 2

|       | LUNEDÌ           | MARTEDÌ  | MERCOLEDÌ     | GIOVEDÌ                  | VENERDÌ        |
|-------|------------------|--|---------------|--------------------------|----------------|
| 09:00 | Ginnastica Dolce |  |               | Ginnastica Dolce         |                |
| 10:00 |                  | "Soft" Pilates   |               |                          | "Soft" Pilates |
| 10:30 | Body Rolling     |  |               |                          |                |
| 13:45 |                  |  |               |                          |                |
| 15:00 |                  |  |               |                          |                |
| 17:00 | Sculpt & Tone    | Gioco SPORT  | Sculpt & Tone | BABY Gym                 | FOOT Fitness   |
| 18:10 | Get              | Pilates Principianti   | Get           | Pilates Principianti     |                |
| 19:15 |                  | Yoga  |               | <b>Z</b> Fitness (20:10) |                |