

ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
7,15 - 8,00	BIKE (MIRKO)				KICK-BOXING (MIRKO)	
8,00 - 8,45	KICK-BOXING (E. BAGLIONE)	BIKE (E. BAGLIONE)	ACQUAGYM (E. BAGLIONE)	TAPIS ROULANT (E. BAGLIONE)	ACQUAGYM (E. BAGLIONE)	
	TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)		ACQUAPOLE (M. MORETTI)		BIKE (MIRKO)	
8,45 - 9,30			ACQUANTALGICA (F. PARODI)			
9,00 - 9,45	ACQUANTALGICA (F. PARODI)	TAPIS ROULANT (F. PARODI)	TAPIS ROULANT (S. SAMPERI)	GAG (E. BAGLIONE)	ACQUA JUMP (S. SAMPERI)	ACQUA JUMP (F. RECAGNO)
	TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)				TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)	
	BIKE (E. BAGLIONE)				BIKE (E. BAGLIONE)	
09,30 - 10,15			WATERPILATES (F. PARODI)			
9,45 - 10,30	TAPIS ROULANT (E. BAGLIONE)	KICK-BOXING (F. PARODI)	CIRCUIT TRAINING (S. SAMPERI)	ACQUANTALGICA (F. PARODI)	TAPIS ROULANT (E. BAGLIONE)	KICK-BOXING (F. RECAGNO)
				TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)	TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)	
10,30 - 11,15	WATERPILATES (F. PARODI)	BIKE (F. PARODI)		BIKE (MIRKO)	KICK-BOXING (E. BAGLIONE)	BIKE (F. PARODI)
11,00 - 1,45			BIKE (E. BAGLIONE)			
11,15 - 12,00	BIKE (MIRKO)	ELASTIC TRAINING (F. PARODI)		BIKE (S. SAMPERI)		ACQUAGYM (F. RECAGNO)
				KICK-BOXING (MIRKO)		BIKE (F. PARODI)
12,00 - 12,45				TAPIS ROULANT (MIRKO)		ACQUAGYM (F. PARODI)
13,00 - 13,45	ACQUAGYM (S. SAMPERI)	ACQUAGYM (F. PARODI)			ACQUAGYM (S. SAMPERI)	
	TAPIS ROULANT (F. PARODI)	BIKE (S. SAMPERI)	GAG (S. SAMPERI)	GAG (S. SAMPERI)	BIKE (F. PARODI)	
13,00 - 14,30			CORPO & ACQUA (F. PARODI)	CORPO & ACQUA (F. PARODI)		
13,45 - 14,30		GAG (S. SAMPERI)				
	ACQUA JUMP (S. SAMPERI)	ACQUAGYM (F. PARODI)	ELASTIC TRAINING (S. SAMPERI)	ACQUAGYM (S. SAMPERI)	ACQUA JUMP (S. SAMPERI)	
15,00 - 15,45			ELASTIC TRAINING (S. SAMPERI)			
15,15 - 16,00		ELASTIC TRAINING (P. ZANIN)				
16,30 - 17,15	BIKE (F. RECAGNO)				TAPIS ROULANT (F. RECAGNO)	
17,15 - 18,00	AEROBICA (F. RECAGNO)			KICK-BOXING (F. PARODI)	KICK-BOXING (F. RECAGNO)	
18,00 - 18,45	BIKE (M. MORETTI)	ACQUA STEP (F. RECAGNO)		TAPIS ROULANT (F. PARODI)	BIKE (F. PARODI)	
	GAG (F. RECAGNO)	GAG (F. PARODI)	GAG (F. RECAGNO)			
18,45 - 19,30	AEROBICA (F. RECAGNO)	AEROBICA (F. PARODI)	AEROBICA (F. RECAGNO)	GAG (F. PARODI)		
	ACQUAPOLE (M. MORETTI)	BIKE (F. RECAGNO)		BIKE (F. RECAGNO)	BIKE (F. PARODI)	
19,30 - 20,15			ELASTIC TRAIN (F. RECAGNO)	KICK-BOXING (P. ZANIN)		
	TAPIS ROULANT (P. ZANIN)	TAPIS ROULANT (M. MORETTI)	TONIFICAZIONE (Palestra) (MIRKO)	TAPIS ROULANT (F. RECAGNO)		
19,30 - 21,00		ACQUABUILDING (F. PARODI)		ACQUABUILDING (F. PARODI)	CORPO & ACQUA (F. PARODI)	
20,15 - 21,00	ELASTIC TRAINING (P. ZANIN)	GAG (M. MORETTI)	BIKE (MIRKO)			

