

ORARIO	LUNEDI' 23 DICEMBRE	MARTEDI' 24 DICEMBRE	MERCOLEDI' 25 DICEMBRE	GIOVEDI' 26 DICEMBRE	VENERDI' 27 DICEMBRE	SABATO 28 DICEMBRE
8.00 - 8.45	KICK-BOXING (E. BAGLIONE)	FESTIVITA	FESTIVITA	FESTIVITA	ACQUAGYM (E. BAGLIONE)	
8.45 - 9.30						
9.00 - 9.45	BIKE (E. BAGLIONE) ACQUANTALGICA (F. PARODI)				BIKE (E. BAGLIONE) POSTURALE (DIEGO)	CIRCUITO (F. PARODI)
09.30 - 10.15						
9.45 - 10.30	TAPIS ROULANT (E. BAGLIONE) WATERPILATES (F. PARODI)				ACQUANTALGICA (DIEGO) TAPIS ROULANT (E. BAGLIONE)	KICK-BOXING (F. PARODI)
10.00 - 10.45						
10.30 - 11.15						
11.15 - 12.00					WATERPILATES (DIEGO)	BIKE (F. PARODI)
13.00 - 13.45	ACQUAGYM (F. PARODI)					ACQUAGYM (F. PARODI)
13.00 - 14.30					ACQUAGYM (DIEGO)	
13.45 - 14.30	CIRCUITO (F. PARODI)					
16.30 - 17.15					CIRCUITO (DIEGO)	
17.15 - 18.00	CIRCUITO (DIEGO)					
18.00 - 18.45	BIKE (DIEGO)					
18.45 - 19.30	KICK-BOXING (DIEGO)				TAPIS ABS (F. PARODI)	
18.45 - 19.15						
19.30 - 20.15	ELASTIC TRAINING (DIEGO)				BIKE (F. PARODI)	
19.30 - 21.00					KICK-BOXING (F. PARODI)	
20.15 - 21.00	BIKE (DIEGO)					
					TOTAL BODY (F. PARODI)	

