

# PLANNING CORSI FITNESS - ACQUAFITNESS

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	hidrospinning 9.45-10.30 Alessandra		hidrospinning 9.45-10.30 Alessandra		
acquagym 9.30-10.15 Nicoletta	sound combact 10.30-11.00 Danilo	acquagym 9.30-10.15 Alessandra	pilates olistico 12.00-12.45 Federica		pilates olistico 9.15-10.00 Federica
acquagym 10.15-11.00 Nicoletta	pilates olistico 12.00-12.45 Federica	acquagym 10.15-11.00 Alessandra	pilates olistico 12.45-13.30 Federica	acquagym 9.30-10.15 Alessandra	pilates olistico 10.00-10.45 Federica
cardiofit 12.30-13.00 Danilo	pilates olistico 12.45-13.30 Federica	cardiofit 12.30-13.00 Danilo	hidrospinning 13.00-13.45 Alessandra	acquagym 10.15-11.00 Alessandra	
acquamix 13.00-13.45 Nicoletta	hidrospinning 13.00-13.45 Alessandra	acquagym 13.00-13.45 Alessandra	body hit 17.00-17.45 Janet	soundcombact 10.15-11.00 Danilo	acquagym 10.30-11.15 Lucia
body hit 17.00-17.45 Roberta		pilates olistico 16.15-17.00 Federica	flex & tone 17.45-18.30 Janet	cardiofit 12.30-13.00 Danilo	
balance 17.45-18.30 Roberta	posturale 17.15-18.15 Antonio	posturale 17.15-18.15 Antonio	gag 18.30-19.15 Janet		trx 11.00-11.45 Antonio/Andrea
dance & toning 18.30-19.15 Roberta	posturale 18.15-19.15 Antonio	spartan 18.30-19.15 Antonio	hidrospinning 18.30-19.15 Paola		
acquagym 18.30-19.15 Nicoletta	hidrospinning 18.30-19.15 Barbara	functional 19.15-20.00 Antonio	Hidrospinning 19.15-20.00 Viviana	posturale 17.15-18.15 Antonio	
hidrotabata 19.15-20.00 Nicoletta	pilates matwork 19.15-20.00 Paola	acquagym 18.30-19.15 Alessandra	totalbody evolution 19.15-20.00 Paola	spartan 18.30-19.15 Antonio	
totalbody evolution 19.15-20.00 Paola	Hidrospinning 19.15-20.00 Barbara		pilates matwork Paola 20.00-20.45	functional 19.15-20.00 Antonio	
gag 20.00-20.45 Paola	fitboxe 20.00-20.45 Paola	boxe 20.00-21.00 Alessandro	hidrospinning 20.10 - 20.55 Viviana		
acquagag 20.00-20.45 Nicoletta	hidrospinning 20.10 - 20.55 Barbara				
boxe 21.00-21.00 Alessandro					