

Funzionale - Calisthenics - Personal T - Nutrition

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
7:30	FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL	
8:30/13:00	OPEN GYM		OPEN GYM		OPEN GYM	
10:30						FUNCTIONAL
11:30						CALISTHENICS
12:30						VERTICALISMO**
13:15	FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL	
14:30/16:30	OPEN GYM		OPEN GYM		OPEN GYM	
17:00		CALISTHENICS* (Focus Under 15)		CALISTHENICS* (Focus Under 15)		
17:30	FUNCTIONAL*		FUNCTIONAL*		FUNCTIONAL*	
18:00		CALISTHENICS		CALISTHENICS		
18:30	FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL	
19:00		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		
19:30	CALISTHENICS		CALISTHENICS		CALISTHENICS	
20:00		FUNCTIONAL*		FUNCTIONAL*		
20:30	CALISTHENICS		CALISTHENICS		CALISTHENICS*	

*Lezioni da attivare
**Special class, programmazione dedicata

Orario provvisorio 2025. A inizio/fine stagione può essere prevista programmazione ridotta. Orari aggiornati in App.