

# FUSOLAB SPORT ZONE

WWW.FUSOLAB.NET  
formazione@fusolab.net

Fusolab 2.0  
Viale della Bella Villa 96

Tel e Whatsapp  
3892921601  
3515770444



Orario Segreteria: Lunedì - Venerdì 7.00 / 22.30 , Sabato 09.00 / 20.00

## CALENDARIO CORSI E ORARI 2024/2025

Attività	Giorni	Orario	Note
Acrobatica (4/6)	Lun - Mer - Ven	16:50 - 17:40	
Acrobatica (7/12)	Lun - Mer - Ven	17:45 - 18:35	
Acrobatica Cerchio e Tessuti	Mar - Gio	15:00 - 16:30	
Aikido (4/7)	Lun - Mer - Ven	16:50 - 17:40	
Aikido (8/12)	Lun - Mer - Ven	17:45 - 18:35	
Aikido	Lun - Mer - Ven	20:30 - 22:00	
Aikido Bukiwaza	Ven	19:40 - 20:40	
Animal Motion	Mar -Ven	19:45- 21:00	
Bioenergetica 10:00	Mar	10:00 - 11:10	
Bioenergetica 17:00	Mar	17:00 - 18:30	
Brucia Grassi*	Lun - Mer - Ven	17:45 - 18:35	
Burlesque Principianti	Lun	21:00 - 22:30	
Burlesque Avanzati	Ven	21:00 - 22:30	
Calisthenics* 09:00	Lun - Mer - Ven	09:00 - 10:00	
Calisthenics* 10:00 (no open sabato)	Lun* - Mer* - Ven* - Sab	10:00 - 11:00	
Calisthenics 17:00	Lun - Mar - Mer -Giov - Ven	17:00 - 18:00	
Calisthenics 18:00	Lun - Mar - Mer - Gio - Ven	18:00 - 19:00	
Calisthenics 19:00	Lun - Mar - Mer - Gio - Ven	19:00 - 20:00	
Calisthenics 20:00	Lun - Mer - Ven	20:00 - 21:00	
Capoeira (5/9)	Mar - Gio	16:50 - 17:40	
Capoeira (11/17)	Mar - Gio	15:40 - 16:50	
Capoeira	Mar - Gio	20:30 - 22:00	
Cross Training 09:00*	Lun - Mer	09:00 - 10:00	
Cross Training 18:00	Mar - Gio	18:00 - 19:00	
Cross Training 19:00	Mar - Gio	19:00 - 20:00	
Cross Training 20:00	Mar - Gio	20:00 - 21:00	
Danza Ability	Mer	11:30 - 12:50	
Danza Classica 1° (8/12)	Lun - Gio	16:50 - 17:50	
Danza Classica 2° (12+)	Lun - Mer - Ven	14:30 - 15:40	
Danza Contemporanea (9+) 15:40	Lun - Mer	15:40 - 16:50	
Danza GiocoDanza (4/6) 10:00	Sab	10:00 - 10:50	
Danza GiocoDanza (4/6) 16:50	Mer - Ven	16:50 - 17:40	
Danza Hip Hop (8+)	Lun - Gio	17:50 - 18:40	
Danza Propedeutica (6/9) 11:00	Sab	11:00 - 11:50	
Danza Propedeutica (6/9) 17:45	Mer - Ven	17:45 - 18:35	
Danza Classica	Lun	11:30 - 12:50	
Danza Contemporanea	Lun - Gio	18:40 - 19:40	
Danza Hip Hop	Ven	15:40 - 16:50	
Danze Popolari	Mar	20:30 - 22:00	
Fit Boxe* 18:40	Lun - Mer - Ven	18:40 - 19:30	
Fit Dance* 10:30	Lun - Mer	10:30 - 11:20	
Fit Dance* 18:40	Mer - Ven	18:40 - 19:30	
Ginnastica Artistica (4/10)	Mar - Gio	17:00 - 17:50	
Ginnastica Artistica (11/14) 16:00	Mar - Gio	16:00 - 16:50	
Ginnastica Artistica Pre Agonisti 14:00	Sab	14:00 - 15:00	
Ginnastica Artistica Pre Agonisti 17:30	Mar - Gio	17:30 - 19:00	
Ginnastica Artistica Agonisti 15:00	Sab	15:00 - 16:00	
Ginnastica Artistica Agonisti 18:45	Mar - Gio	18:45 - 20:15	
Judo Kids (4/7)	Mar - Gio	16:50 - 17:40	
Judo (8/12)	Mar - Gio	17:45 - 18:35	

<b>Attività</b>	<b>Giorni</b>	<b>Orario</b>	<b>Note</b>
Kali	Lun - Mer	21:00 - 22:30	
Karate Kids (4/7)	Mar - Gio	16:50 - 17:40	
Karate (8/12)	Mar - Gio	17:45 - 18:35	
Karate (13+)	Mar - Gio	18:40 - 19:30	
Kick Boxing (8/12)	Lun - Mer	17:45 - 18:35	
Kick Boxing* 12:00	Mar - Gio	12:00 - 13:00	
Kick Boxing 18:40	Mar - Mer - Gio - Ven	18:40 - 19:40	
Kick Boxing 19:40	Lun - Mar - Mer - Ven	19:40 - 20:40	
Kick Boxing 20:40	Lun - Mer - Ven	20:40 - 21:40	
Kick Boxing Agonisti 13:00	Gio	13:00 - 14:00	
Kick Boxing Agonisti 18:40	Lun	18:40 - 19:40	
Kick Boxing Agonisti 19:40	Gio	19:40 - 20:40	
Krav Maga	Mar - Gio	20:40 - 22:00	
Mini Basket (6/9) **	Mar - Gio	16:50 - 17:50	
Mini Basket (10+) **	Mar - Gio	17:50 - 19:15	
Mini Volley (6/9) **	Mer - Ven	16:50 - 17:50	
Mini Volley (10+) **	Lun - Mer - Ven	17:50 - 19:15	
Musical (6/10)	Mer	17:00 - 18:30	
Musical (11+)	Mer	16:00 - 17:30	
Musical Hdemy completo (6/13)	Sab	10:00 - 16:00	
Musical Hdemy mattina (6/13)	Sab	10:00 - 13:00	
Musical (6/13)	Sab	14:00 - 16:00	
Musical Adulti	Mer	21:00 - 22:30	
Parkour (5/9)	Lun - Mar - Mer - Gio	16:50 - 17:40	
Parkour (10/14)	Lun - Mar - Mer - Gio	17:50 - 18:40	
Parkour (15+)	Lun - Mer	18:50 - 20:20	
Pattinaggio Avanzato (4/11) 11:30	Sab	11:30 - 12:30	
Pattinaggio Avanzato (12/16) 12:30	Sab	12:30 - 13:30	
Pattinaggio Avanzato (12/16) 16:00	Lun - Mer	16:00 - 17:00	
Pattinaggio Avanzato (4/11) 19:00	Lun - Mer	19:00 - 20:00	
Pattinaggio Intermedio (8/10) 09:30	Sab	09:30 - 10:30	
Pattinaggio Intermedio (8/10) 18:00	Lun	18:00 - 19:00	
Pattinaggio (10/11) 10:30	Sab	10:30 - 11:30	
Pattinaggio (12/16) 16:00	Lun - Mer	16:00 - 17:00	
Pattinaggio (5/9) 17:00	Lun - Mer	17:00 - 18:00	
Pattinaggio (10/11) 18:00	Mer	18:00 - 19:00	
Pattinaggio Agonisti A B C	Mar	17:00 - 20:00	
Pilates* 10:30	Mer - Ven	10:30 - 11:20	
Pilates* 11:30	Lun - Mer - Gio - Ven	11:30 - 12:20	
Pilates* 16:50	Lun - Mer - Ven	16:50 - 17:40	
Pilates 17:45	Lun - Mar - Mer - Gio	17:45 - 18:35	
Pilates* 18:40	Lun - Mer - Ven	18:40 - 19:30	
Pilates 19:35	Lun - Mar - Mer - Gio	19:35 - 20:25	
Power Pilates* 14:30	Mar - Gio	14:30 - 15:20	
Power Pilates* 17:45	Mar - Gio	17:45 - 18:35	
Power Pilates* 18:40	Mar - Gio	18:40 - 19:30	
Power Pilates* 19:35	Lun - Mer	19:35 - 20:25	
Pole Dance Teen (13+)	Mar - Gio	17:00 - 18:00	
Pole Dance Open 11:00	Mer - Sab	11:00 - 12:00	
Pole Dance Open 21:15	Ven	21:15 - 22:15	
Pole Dance 18:00	Mar - Gio	18:00 - 19:00	
Pole Dance Int/Av 19:00	Mar - Gio	19:00 - 20:00	
Pole Dance Int/Av 20:00	Mar - Gio	20:00 - 21:00	
Pole Dance 20:15	Ven	20:15 - 21:15	
Pole Dance Open 21:00	Mar	21:00 - 22:00	

Attività	Giorni	Orario	Note
Pole Dance Agonisti 12:00	Sab	12:00 - 13:30	
Pole Dance Agonisti 21:00	Gio	21:00 - 22:00	
Posturale 09:30	Lun - Mer - Gio - Ven	09:30 - 10:20	
Posturale 10:30	Lun - Gio	10:30 - 11:20	
Posturale* 15:30	Mar - Gio	15:30 - 16:20	
Posturale 18:40	Lun - Mar - Mer - Gio	18:40 - 19:30	
Posturale* 19:35	Lun - Mer - Ven	19:35 - 20:25	
Prepugilistica*	Mar - Gio	20:40 - 21:30	
Qi Gong	Mar	19:40 - 20:50	
Rock N Roll Princ/Intermedi	Ven	20:45 - 21:45	
Rock N Roll Avanzati	Ven	21:45 - 22:45	
Salsa	Gio	21:00 - 22:30	
Swing	Mar	21:00 - 22:30	
Tango	Mar	21:00 - 22:30	
Tessuti e trapezio 18:40	Lun - Mer	18:40 - 19:50	
Tessuti e trapezio 19:50	Lun - Mer	19:50 - 21:00	
Tessuti e trapezio 21:00	Lun - Mer	21:00 - 22:10	
Tonificazione GAG*	Mar - Gio	19:35 - 20:25	
Verticalismo	Mer	12:00 - 12:50	
Yoga KIDS (5/10)	Ven	16:50 - 17:40	
Yoga Hatha* 10:00	Mar - Ven	10:00 - 11:15	
Yoga Hatha 18:40	Mar - Ven	18:40 - 19:50	
Yoga in Volo 11:00	Sab	11:00 - 12:15	
Yoga in Volo 11:45	Ven	11:45 - 13:00	
Yoga in Volo 13:15	Lun	13:15 - 14:30	
Yoga in Volo 21:00	Lun - Gio	21:00 - 22:15	
Yoga in Volo Avanzati 21:00	Mer	21:00 - 22:15	
Yoga Rocket 09:00	Ven	09:00 - 10:10	
Yoga Rocket 14:30	Lun	14:30 - 15:40	
Yoga Rocket 19:45	Mer	19:45 - 20:55	
Yoga Vinyasa* 13:15	Ven	13:15 - 14:25	
Yoga Vinyasa 19:45	Lun - Gio	19:45 - 20:55	

\* corsi inclusi in abbonamento Open , \*\*palestra via Olcese

<b>Attività abbonamento Open</b>	<b>Giorni</b>	<b>Orario</b>
Brucia Grassi	Lun - Mer - Ven	17:45 - 18:35
Calisthenics 09:00	Lun - Mer - Ven	09:00 - 10:00
Calisthenics 10:00 (no open sabato)	Lun - Mer - Ven	10:00 - 11:00
Cross Training 09:00	Lun - Mer	09:00 - 09:50
Fit Boxe 18:40	Lun - Mer - Ven	18:40 - 19:30
Fit Dance 10:30	Lun - Mer	10:30 - 11:20
Fit Dance 18:40	Mer - Ven	18:40 - 19:40
Kick Boxing 12:00	Mar - Gio	12:00 - 13:00
Pilates 10:30	Mer - Ven	10:30 - 11:20
Pilates 11:30	Lun - Mer - Gio - Ven	11:30 - 12:20
Pilates 16:50	Lun - Mer - Ven	16:50 - 17:40
Pilates 18:40	Lun - Mer - Ven	18:40 - 19:30
Power Pilates 14:30	Mar - Gio	14:30 - 15:20
Power Pilates 17:45	Mar - Gio	17:45 - 18:35
Power Pilates 18:40	Mar - Gio	18:40 - 19:30
Power Pilates 19:35	Lun - Mer	19:35 - 20:25
Posturale 15:30	Mar - Gio	15:30 - 16:20
Posturale 19:35	Lun - Mer - Ven	19:35 - 20:25
Prepugilistica	Mar - Gio	20:40 - 21:40
Tonificazione GAG	Mar - Gio	19:35 - 20:25
Yoga Hatha* 10:00	Mar - Ven	10:00 - 11:10
Yoga Vinyasa* 13:15	Ven	13:15 - 14:25

\*nell'abbonamento open è inclusa una sola lezione di yoga a settimana

#### **Personal Trainer**

<b>1 persona</b>	1h -> 35€ ora	10h -> 300€
<b>2 persone</b>	1h -> 50€ ora	10h -> 400€
<b>3 persone</b>	1h -> 60€ ora	10h -> 450€

#### **Padel**

<b>1 persona</b>	1h -> 30€ ora	5h -> 140€ / 10h -> 250€
<b>2 persone</b>	1h -> 40€ ora	5h -> 180€ / 10h -> 320€
<b>3 persone</b>	1h -> 45€ ora	

# FUSOLAB SPORT ZONE

WWW.FUSOLAB.NET  
formazione@fusolab.net

Fusolab 2.0  
Viale della Bella Villa 96

Tel e Whatsapp  
3892921601  
3515770444



Orario Segreteria: Lunedì - Venerdì 7.00 / 22.30 , Sabato 09.00 / 20.00

## CALENDARIO CORSI E ORARI 2024/2025

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:00 13:00	Calisthenics* 09:00 - 10:00		Calisthenics* 09:00 - 10:00		Calisthenics* 09:00 - 10:00	
	Cross Training* 09:00 - 10:00		Cross Training* 09:00 - 10:00		Yoga Rocket 09:00 - 10:10	
	Posturale 09:30 - 10:20		Posturale 09:30 - 10:20	Posturale 09:30 - 10:20	Posturale 09:30 - 10:20	Pattinaggio (8/10) 09:30 - 10:30
	Calisthenics* 10:00 - 11:00		Calisthenics* 10:00 - 11:00		Calisthenics* 10:00 - 11:00	Calisthenics 10:00 - 11:00
		Yoga Hatha* 10:00 - 11:15			Yoga Hatha* 10:00 - 11:15	Musical Hdemy Matt (6/13) 10:00 - 13:00
	Posturale 10:30 - 11:20	Bioenergetica 10:00 - 11:10	Pilates* 10:30 - 11:20	Posturale 10:30 - 11:20	Pilates* 10:30 - 11:20	Musical Hdemy Full (6/13) 10:00 - 16:00
	Fit Dance* 10:30 - 11:20		Fit Dance* 10:30 - 11:20			Danza GiocoDanza 10:00 - 10:50
	Pilates* 11:30 - 12:20		Pilates* 11:30 - 12:20		Pilates* 11:30 - 12:20	Pattinaggio (10/11) 10:30 - 11:30
	Danza Classica 11:30 - 12:50					Propedeutica (6/9) 11:00 - 11:50
			Verticalismo 12:00 - 13:00		Yoga in Volo 11:45 - 13:00	Yoga in Volo 11:00 - 12:15
			Pole Dance Open 11:00 - 12:00			Pole Dance Open 11:00 - 12:00
		Kick Boxing* 12:00 - 13:00	Danza Ability 11:30 - 12:50		Kick Boxing* 12:00 - 13:00	Pattinaggio (4/11) 11:30 - 12:30
				Kick Boxing Agonisti 13:00 - 14:00	Pole Dance Agonisti 12:00 - 13:30	
13:00 16:00	Yoga in Volo 13:15 - 14:30			Yoga Tapas* 13:15 - 14:25	Yoga Vinyasa* 13:15 - 14:25	Pattinaggio Avanzato (12/16) 12:30 - 13:30
	Yoga Rocket 14:30 - 15:45					Ginnastica Pre Agonisti 14:00 - 15:00
		Power Pilates* 14:30 - 15:20		Power Pilates* 14:30 - 15:20		Musical (6/13) 14:00 - 16:00
	Danza Classica 2*(12+) 14:30 - 15:40		Danza Classica 2*(12+) 14:30 - 15:40		Danza Classica 2*(12+) 14:30 - 15:40	
		Acrobatica Cerchio e Tessuti 15:00 - 16:30		Acrobatica Cerchio e Tessuti 15:00 - 16:30		Ginnastica Agonisti 15:00 - 16:00
		Posturale* 15:30 - 16:20		Posturale* 15:30 - 16:20		
		Capoeira (11/17) 15:40 - 16:50		Capoeira (11/17) 15:40 - 16:50		
Danza Contemporanea (9+) 15:40 - 16:50		Danza Contemporanea (9+) 15:40 - 16:50		Hip Hop Adulti 15:40 - 16:50		
16:00 17:00	Pattinaggio Avanzato(12/16) 16:00 - 17:00		Pattinaggio Avanzato(12/16) 16:00 - 17:00			
		Ginn Artistica (11/14) 16:00 - 16:50	Musical (11+) 16:00 - 17:30	Ginn Artistica (11/14) 16:00 - 16:50	Yoga KIDS 16:30 - 17:40	
		Karate Kids (4/7) 16:50 - 17:40		Karate Kids (4/7) 16:50 - 17:40		
		Judo (4/7) 16:50 - 17:40		Judo (4/7) 16:50 - 17:40		
	Pilates* 16:50 - 17:40		Pilates* 16:50 - 17:40		Pilates* 16:50 - 17:40	
	Aikido (4/7) 16:50 - 17:40		Aikido (4/7) 16:50 - 17:40		Aikido (4/7) 16:50 - 17:40	
	Danza Classica 1*(8/12) 16:50 - 17:50		Danza Gioco Danza 16:50 - 17:40	Danza Classica 1*(8/12) 16:50 - 17:50	Danza Gioco Danza 16:50 - 17:40	
		Capoeira (4/10) 16:50 - 17:40		Capoeira (4/10) 16:50 - 17:40		
	Acrobatica (4/6) 16:50 - 17:40		Acrobatica (4/6) 16:50 - 17:40		Acrobatica (4/6) 16:50 - 17:40	
		Mini Basket (6/9) ** 16:50 - 17:50	Mini Volley (6/9) ** 16:50 - 17:50	Mini Basket (6/9) ** 16:50 - 17:50	Mini Volley (6/9) ** 16:50 - 17:50	
Parkour (5/9) 16:50 - 17:40	Parkour (5/9) 16:50 - 17:40	Parkour (5/9) 16:50 - 17:40	Parkour (5/9) 16:50 - 17:40			

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
17:00 18:00	Calisthenics 17:00 - 18:00	Calisthenics 17:00 - 18:00	Calisthenics 17:00 - 18:00	Calisthenics 17:00 - 18:00	Calisthenics 17:00 - 18:00	
		Bioenergetica 17:00 - 18:30	Musical (6/10) 17:00 - 18:30			
		Pole Dance Teen (13+) 17:00 - 18:00		Pole Dance Teen (13+) 17:00 - 18:00		
	Pattinaggio (5/9) 17:00 - 18:00	Pattinaggio Agonisti A 17:00 - 18:00	Pattinaggio (5/9) 17:00 - 18:00			
		Ginnastica Artistica (4/10) 17:00 - 17:50		Ginnastica Artistica (4/10) 17:00 - 17:50		
		Ginn Artistica Pre Agonisti 17:30 - 19:00		Ginn Artistica Pre Agonisti 17:30 - 19:00		
	Mini Volley (10+) ** 17:50 - 19:15	Mini Basket (10+) ** 17:50 - 19:15	Mini Volley (10+) ** 17:50 - 19:15	Mini Basket (10+) ** 17:50 - 19:15	Mini Volley (10+) ** 17:50 - 19:15	
	Pilates 17:45 - 18:35	Pilates 17:45 - 18:35	Pilates 17:45 - 18:35	Pilates 17:45 - 18:35		
	Brucia Grassi* 17:45 - 18:35	Power Pilates* 17:45 - 18:35	Brucia Grassi* 17:45 - 18:35	Power Pilates* 17:45 - 18:35	Brucia Grassi* 17:45 - 18:35	
		Karate (8/12) 17:45 - 18:35		Karate (8/12) 17:45 - 18:35		
		Judo (8/12) 17:45 - 18:35		Judo (8/12) 17:45 - 18:35		
	Aikido (8/12) 17:45 - 18:35		Aikido (8/12) 17:45 - 18:35		Aikido (8/12) 17:45 - 18:35	
	Kick Boxing (8/12) 17:45 - 18:35		Kick Boxing (8/12) 17:45 - 18:35			
	Acrobatica (7/12) 17:45 - 18:35		Acrobatica Junior (7/12) 17:45 - 18:35		Acrobatica Junior (7/12) 17:45 - 18:35	
	Parkour (10/14) 17:50 - 18:40	Parkour (10/14) 17:50 - 18:40	Parkour (10/14) 17:50 - 18:40	Parkour (10/14) 17:50 - 18:40		
		Propedeutica (6/9) 17:45 - 18:35		Propedeutica (6/9) 17:45 - 18:35		
Hip Hop (8+) 17:50 - 18:40			Hip Hop (8+) 17:50 - 18:40			
18:00 19:00	Calisthenics 18:00 - 19:00	Calisthenics 18:00 - 19:00	Calisthenics 18:00 - 19:00	Calisthenics 18:00 - 19:00	Calisthenics 18:00 - 19:00	
		Cross Training 18:00 - 19:00		Cross Training 18:00 - 19:00		
		Pole Dance 18:00 - 19:00		Pole Dance 18:00 - 19:00		
	Pattinaggio (8/10) 18:00 - 19:00	Pattinaggio Agonisti B 18:00 - 19:00	Pattinaggio (10/11) 18:00 - 19:00			
	Posturale 18:40 - 19:30	Posturale 18:40 - 19:30	Posturale 18:40 - 19:30	Posturale 18:40 - 19:30		
	Pilates* 18:40 - 19:30	Power Pilates* 18:40 - 19:30	Pilates* 18:40 - 19:30	Power Pilates* 18:40 - 19:30	Pilates* 18:40 - 19:30	
	Contemporanea 18:40 - 19:40		Fit Dance* 18:40 - 19:40	Contemporanea 18:40 - 19:40	Fit Dance* 18:40 - 19:40	
		Yoga Hatha 18:40 - 19:50			Yoga Hatha 18:40 - 19:50	
		Karate (13+) 18:40 - 19:30		Karate (13+) 18:40 - 19:30		
	Kick Boxing Agonistici 18:40 - 19:40	Kick Boxing 18:40 - 19:40	Kick Boxing 18:40 - 19:40	Kick Boxing 18:40 - 19:40	Kick Boxing 18:40 - 19:40	
	Tessuti e trapezio 18:40 - 19:50		Tessuti e trapezio 18:40 - 19:50			
	Fit Boxe* 18:40 - 19:30		Fit Boxe* 18:40 - 19:30		Fit Boxe* 18:40 - 19:30	
		Ginnastica Artistica Agonisti 18:45 - 20:15		Ginnastica Artistica Agonisti 18:45 - 20:15		
	Parkour Adulti (15+) 18:50 - 20:20		Parkour Adulti (15+) 18:50 - 20:20			
	19:00 20:00	Calisthenics 19:00 - 20:00	Calisthenics 19:00 - 20:00	Calisthenics 19:00 - 20:00	Calisthenics 19:00 - 20:00	Calisthenics 19:00 - 20:00
		Cross Training 19:00 - 20:00		Cross Training 19:00 - 20:00		
		Pole Dance Int/Av 19:00 - 20:00		Pole Dance Int/Av 19:00 - 20:00	Pole Dance Workshop 19:15 - 20:15	
Pattinaggio Avanzato (4/11) 19:00 - 20:00		Pattinaggio Agonisti C 19:00 - 20:00	Pattinaggio Avanzato (4/11) 19:00 - 20:00			
Pilates 19:35 - 20:25		Pilates 19:35 - 20:25	Pilates 19:35 - 20:25	Pilates 19:35 - 20:25		
Power Pilates * 19:35 - 20:25			Power Pilates * 19:35 - 20:25			
Posturale* 19:35 - 20:25	Tonificazione GAG* 19:35 - 20:25	Posturale* 19:35 - 20:25	Tonificazione GAG* 19:35 - 20:25	Posturale* 19:35 - 20:25		

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
19:00 20:00	Fit Boxe* 19:35 - 20:25		Fit Boxe* 19:35 - 20:25		Fit Boxe* 19:35 - 20:25	
		Qi Gong 19:40 - 20:50			Aikido Bukiwaza 19:40 - 20:40	
	Yoga Vinyasa 19:45 - 20:55		Yoga Rocket 19:45 - 20:55	Yoga Vinyasa 19:45 - 20:55		
	Kick Boxing 19:40 - 20:40	Kick Boxing 19:40 - 20:40	Kick Boxing 19:40 - 20:40	Kick Boxing Agonisti 19:40 - 20:40	Kick Boxing 19:40 - 20:40	
		Animal Motion 19:45 - 21:00			Animal Motion 19:45 - 21:00	
	Tessuti e trapezio 19:50 - 21:00		Tessuti e trapezio 19:50 - 21:00			
	Fit Boxe* 19:35 - 20:25		Fit Boxe* 19:35 - 20:25		Fit Boxe* 19:35 - 20:25	
20:00 21:00	Calisthenics 20:00 - 21:00		Calisthenics 20:00 - 21:00		Calisthenics 20:00 - 21:00	
		Cross Training 20:00 - 21:00		Cross Training 20:00 - 21:00		
		Pole Dance Int/Av 20:00 - 21:00		Pole Dance Int/Av 20:00 - 21:00	Pole Dance 20:15 - 21:15	
	Aikido 20:30 - 22:00	Capoeira 20:30 - 22:00	Aikido 20:30 - 22:00	Capoeira 20:30 - 22:00	Aikido 20:40 - 22:10	
		Danze Popolari 20:30 - 22:00				
		Krav Maga 20:40 - 22:00		Krav Maga 20:40 - 22:00		
	Kick Boxing 20:40 - 21:40	Prepugilistica* 20:40 - 21:40	Kick Boxing 20:40 - 21:40	Prepugilistica* 20:40 - 21:40	Kick Boxing 20:40 - 21:40	
					Rock N Roll Princi/interm 20:45 - 21:45	
	Kali 21:00 - 22:30		Kali 21:00 - 22:30			
	Yoga in Volo 21:00 - 22:15		Yoga in Volo Avanzati 21:00 - 22:15	Yoga in Volo 21:00 - 22:15		
	Burlesque Principianti 21:00 - 22:30	Mar 21:00 - 22:30		Pole Dance Agonisti 21:00 - 22:30	Burlesque Avanzati 21:00 - 22:30	
	Tessuti e trapezio 21:00 - 22:10	Pole Dance Open 21:00 - 22:00	Tessuti e trapezio 21:00 - 22:10	Salsa 21:00 - 22:30	Pole Dance Open 21:15 - 22:15	
		Tango 21:00 - 22:00	Musical Adulti 21:00 - 22:30		Rock N Roll Avanzati 21:45 - 22:45	

\* corsi inclusi in abbonamento Open , \*\*palestra via Olcese