

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	16:50 - 17:40	
Acrobatica (7/12)	Lun-Mer	17:45 - 18:35	
Acrobatica Cerchio Tessuti	Mar-Gio	15:00 - 16:30	
Aikido (4/7)	Lun-Ven	16:50 - 17:40	
Aikido (8/12)	Lun-Mer-Ven	17:45 - 18:35	
Aikido Adulti	Lun-Mer-Ven	20:30 - 22:00	
Aikido Bukiwaza	Ven	19:40 - 20:40	
Animal Motion	Mar-Ven	19:55 - 20:55	
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	
Breakdance	Ven	19:50 - 20:50	
Burlesque Avanzato	Ven	21:00 - 22:30	
Burlesque Principianti	Lun	21:00 - 22:30	
Calisthenics 09:00*	Lun-Mer-Ven	09:00 - 10:00	
Calisthenics 10:00*	Lun-Mer-Ven-Sab	10:00 - 11:00	
Calisthenics 17:00	Lun-Mar-Mer-Gio-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 (11/17)	Mar-Gio	15:40 - 16:50	
Capoeira (4/10)	Mar-Gio	16:50 - 17:40	
Capoeira Adulti	Mar-Gio	20:30 - 21:30	
Crossfit 18:00	Mar-Gio	18:00 - 19:00	
Crossfit 19:00	Lun-Mar-Gio	19:00 - 20:00	
Crossfit 20:00	Lun-Mar-Gio	20:00 - 21:00	
Danza Ability	Mer	11:30 - 12:50	
Danza Classica Adulti	Lun	11:30 - 12:50	
Danza Classica avanzato (12+)	Lun-Mer-Ven	14:30 - 15:40	
Danza Classica principianti (8/12)	Lun-Gio	16:50 - 17:50	
Danza Contemporanea adulti	Lun-Gio	18:40 - 19:40	
Danza Contemporanea Moderna (9+)	Lun-Mer	15:40 - 16:50	
Danza Giocodanza (3/6) 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 Hip Hop Adulti	Ven	15:40 - 16:50	
Danza Propedeutica (6/9) 11:00	Sab	11:00 - 11:50	
Danza Propedeutica (6/9) 17:45	Mer-Ven	17:45 - 18:35	
Danze Popolari	Mar	20:30 - 22:00	
Fit Dance 10:30*	Lun-Mer	10:30 - 11:20	
Fit Dance 18:40*	Mer-Ven	18:40 - 19:30	
Ginnastica Artistica Agoniste (10+) 16:30 **	Mar - Gio	16:30 - 18:00	
	Sab	15:30 - 16:30	
Ginnastica Artistica Base (4-7) 18:00 **	Mar - Gio	18:00 - 19:00	
	Sab	14:30 - 15:30	
Ginnastica Artistica Pre-agoniste (7-10) 19:00 **	Mar - Gio	19:00 - 20:30	
	Sab	16:30 - 17:30	
Judo (4/7)	Mar - Gio	17:00 - 17:50	
Judo (8/12)	Mar - Gio	17:50 - 18:40	
	Sab	17:00-17:50	
Kali	Lun - Mer	20:40 - 22:10	
Karate (13+)	Mar - Gio	18:40 - 19:30	
Karate (4/7)	Mar - Gio	16:50 - 17:40	
Karate (8/12)	Mar - Gio	17:45 - 18:35	
Kickboxing 18:15	Mer - Ven	18:15 - 19:15	
Kickboxing 18:40	Mar - Gio	18:40 - 19:40	
Kickboxing 19:15	Lun - Mer - Ven	19:15 - 20:15	
Kickboxing 19:40	Mar	19:40 - 20:40	
Kickboxing 20:15	Lun - Mer	20:15 - 21:15	

Attività	Giorni	Orario	Note
Kickboxing Agonisti 18:15	Lun	18:15 - 19:15	
Kickboxing Agonisti 19:40	Gio	19:40 - 20:40	
Kickboxing Kids (8/12)	Lun - Mer	17:20 - 18:10	
Krav Maga	Mar-Gio	20:40 - 22:00	
Kung Fu Kids	Lun - Mer	16:50 - 17:40	
Kung Fu Adulti	Mar - Gio	21:00 - 22:30	
Musical (11+) 16:00	Mer	16:00 - 17:30	
Musical (6/10) 17:00	Mer	17:00 - 18:30	
Musical (6/14) 14:00	Sab	14:00 - 16:00	
Musical Accademy completo (6/14) 10:00	Sab	10:00 - 16:00	
Parkour (10/14)	Lun-Mar-Mer-Gio	17:50 - 18:40	
Parkour (15+)	Lun-Mer	18:50 - 20:20	
Parkour (5/9)	Lun-Mar-Mer-Gio	16:50 - 17:40	
Pattinaggio Artistico Avanzati medi 19:00	Lun - Mer - Gio	19:00 - 20:00	
Pattinaggio Artistico Avanzati piccoli 18:00	Lun - Mer - Gio	18:00 - 19:00	
Pattinaggio Artistico Intermedi (10+)	Mar Ven	19:00 - 20:00 18:00 - 19:00	
Pattinaggio Artistico Intermedi (7-10)	Mar - Gio	17:00 - 18:00	
Pattinaggio Artistico Principianti (10+)	Mar Ven	18:00 - 19:00 17:00 - 18:00	
Pattinaggio Artistico Principianti (4-9)	Lun - Mer	17:00 - 18:00	
Pattinaggio Artistivo Avanzati grandi 16:00	Lun - Mer - Gio	16:00 - 17:00	
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	
Pilates Power 14:30*	Mar-Gio	14:30 - 15:20	
Pilates Power 17:45	Mar-Gio	17:45-18:35	
Pilates Power 18:40*	Mar-Gio	18:40 - 19:30	
Pilates Power 19:45*	Lun-Mer	19:35 - 20:25	
Pole Dance Agoniste 12:00 (18+)	Sab	12:00 - 13:30	
Pole Dance Agoniste 21:00 (18+)	Gio	21:00 - 22:30	
Pole Dance Base 18:00 (18+)	Mar-Gio	18:00 - 19:00	
Pole Dance Base 20:15 (18+)	Ven	20:15 - 21:15	
Pole Dance Intermedio/avanzato 19:00 (18+)	Mar-Gio	19:00 - 20:00	
Pole Dance Intermedio/avanzato 20:00 (18+)	Mar-Gio	20:00 - 21:00	
Pole Dance Open Level 11:00 (18+)	Mer-Sab	11:00 - 12:00	
Pole Dance Open Level 21:00 (18+)	Mar	21:00 - 22:00	
Pole Dance Open level 21:15 (18+)	Ven	21:15 - 22:15	
Pole Dance Teen (13+)	Mar-Gio	17:00 - 18:00	
Pole Dance Workshop 19:15 (18+)	Ven	19:15 - 20:15	
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 19:40*	Lun - Mer - Ven	19:35 - 20:25	
Prepugilistica*	Mar - Gio	20:40 - 21:30	
Qi Gong	Mar	19:40 - 20:50	
Rock N Roll avanzati	Ven	21:00 - 22:00	
Rock N Roll intermedi	Ven	21:40 - 22:40	
Rock N Roll principianti	Ven	20:40 - 21:40	
Salsa	Gio	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	
Volley (2011/2012) **	Lun - Mer - Ven	16:30 - 18:15	
Volley (2013/2014) **	Lun - Mer- Ven	18:15 - 20:00	
Volley (2015/2016) **	Mar - Gio	16:50 - 18:35	
Volley (Mini 6-9) **	Mar - Gio	16:50 - 18:00	
Volley Amatoriale 16+ **	Lun - Mer	20:00 - 21:45	

Attività	Giorni	Orario	Note
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 Kids (5/10)	Ven	16:50 - 17:40	
Yoga Posturale	Ven	11:30 - 12:20	
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 13:30	Ven	13:30 - 14:40	
Yoga Vinyasa 19:45	Lun-Gio	19:45 - 20:55	
* corsi inclusi in abbonamento Open , **palestra via Olcese			

Attività abbonamento Open	Giorni	Orario	
Brucia Grassi*	Lun-Mer-Ven	17:45 - 18:35	
Calisthenics 09:00*	Lun-Mer-Ven	09:00 - 10:00	
Calisthenics 10:00*	Lun-Mer-Ven-Sab	10:00 - 11:00	
Fit Dance 10:30*	Lun-Mer	10:30 - 11:20	
Fit Dance 18:40*	Mer-Ven	18:40 - 19:30	
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	
Pilates Power 14:30*	Mar-Gio	14:30 - 15:20	
Pilates Power 18:40*	Mar-Gio	18:40 - 19:30	
Pilates Power 19:45*	Lun-Mer	19:35 - 20:25	
Posturale 15:30*	Mar-Gio	15:30 - 16:20	
Posturale 19:40*	Lun - Mer - Ven	19:35 - 20:25	
Prepugilistica*	Mar - Gio	20:40 - 21:30	
Tonificazione GAG*	Mar - Gio	19:35 - 20:25	