

PALINSESTO CORSI FITNESS e INDOOR CYCLING



LUNEDÌ

09.30 / 11.00

TOTAL BODY+MOB
Daniela

10.30 / 11.30

GROUP CYCLING
Fabio

12.15 / 13.15

HYROX
Claudia

13.00 / 14.00

GROUP CYCLING
Fabio

18.30 / 19.30

GROUP CYCLING
Carla

19.15 / 20.45

FUNZIONALE
Alice

19.30 / 20.30

GROUP CYCLING
Carla

MARTEDÌ

09.30 / 10.30

STRAFIT+RESTART P.
Alice

13.00 / 14.00

GROUP CYCLING
Emanuel

18.00 / 19.00

TRX
Alessandro

19.00 / 20.30

FUNZIONALE
Claudia

19.00 / 20.00

GROUP CYCLING
Alessandro

MERCOLEDÌ

09.30 / 11.00

FULL BODY
Alice

10.30 / 11.30

GROUP CYCLING
Barbara

12.15 / 13.15

FUNZIONALE
Claudia

13.00 / 14.00

CYCLE & TONE
Barbara

19.15 / 20.45

FUNZIONALE
Alice

19.00 / 20.00

GROUP CYCLING
Luciano

GIOVEDÌ

06.30 / 07.30

GROUP CYCLING
Fabio

09.30 / 11.00

MOBILITY ENERGY
Alice

13.00 / 14.00

GROUP CYCLING
Fabio

19.00 / 20.30

FUNZIONALE
Claudia

19.00 / 20.00

GROUP CYCLING
Barbara

ENERDÌ

09.00 / 10.00

TRX
Alessandro

10.00 / 11.00

GROUP CYCLING
Alessandro

12.15 / 13.15

HYROX
Claudia

13.00 / 14.00

GROUP CYCLING
Emanuel

18.00 / 19.00

STRAFIT ENERGY
Alice

19.15 / 20.45

FUNZIONALE
Alice

19.00 / 20.00

GROUP CYCLING
Maurizio

SABATO

10.30 / 11.30

GROUP CYCLING
a rotazione

11.30 / 12.30

PUMP
Daniela

10.30 / 11.30

GROUP CYCLING
Fabio

DOMENICA

CORSI FITNESS INDOOR CYCLING

NOTA:
La Direzione si riserva il
diritto di cambiare l'orario
dei corsi o gli istruttori
durante la stagione



Rev. maggio 2026