

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO
	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1 / 2
07.00	CROSSFIT	PUGILATO	HIGH INTENSITY		CROSSFIT	PUGILATO	HIGH INTENSITY		CROSSFIT	PUGILATO	
08.15	CROSSFIT SENIOR				CROSSFIT SENIOR				CROSSFIT SENIOR		08.00 CROSSFIT
09.00			CROSSFIT				CROSSFIT				09.00 BODY
09.30	CROSSFIT				CROSSFIT				CROSSFIT		10.00 CROSSFIT
10.00			CROSSFIT TEEN				CROSSFIT TEEN				10.00 BOOTY PUMP
12.30	BODY		CROSSFIT		BODY		CROSSFIT		BODY		11.00 CROSSFIT TEEN
13.30	CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	
15.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		
16.30	CROSSFIT TEEN										
17.30	CROSSFIT	PUGILATO			CROSSFIT	PUGILATO			CROSSFIT	PUGILATO	
18.30	CALISTHENICS	MUAY THAI	BODY		CALISTHENICS	MUAY THAI	BODY		CALISTHENICS	MUAY THAI	
19.00		MUAY THAI Agonisti		PUGILATO		MUAY THAI Agonisti		PUGILATO		MUAY THAI Agonisti	
19.30	CROSSFIT		HYBRID / BOOTY PUMP (Sala 1)		CROSSFIT		HYBRID / BOOTY PUMP (Sala 1)		CROSSFIT		
20.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT ENDURANCE	BOOTY PUMP	CROSSFIT		CROSSFIT ENDURANCE		

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9.00-11.00	KARATE AGONISTI		KARATE AGONISTI		KARATE AGONISTI
16.45-17.45		KARATE JR BASE+ INTERMEDIO		KARATE JR BASE+ INTERMEDIO	
17.45-19.00		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)	
20.30-21.30		KARATE SR TUTTI I LIVELLI		KARATE SR TUTTI I LIVELLI	