

	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	GINNASTICA DOLCE			CROSSFIT			GINNASTICA A DOLCE	09.00 CROSSFIT
09.30	CROSSFIT				CROSSFIT				CROSSFIT		10.00 CROSSFIT
12.30	BODY		CROSSFIT		BODY		CROSSFIT		BODY		10.00 BOOTY PUMP
13.30	CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	11.00 CROSSFIT TEEN
15.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		12.00 CALISTHENICS
16.30	CROSSFIT TEEN		CROSSFIT TEEN 10-14	PREPUGILATO (8-12)					CROSSFIT WEIGHT LIFTING	CROSSFIT TEEN 10-14	
16.45			CROSSFIT KIDS		CROSSFIT TECNICA		CROSSFIT KIDS	PREPUGILATO (8-12)			
17.30	CROSSFIT	PUGILATO	CROSSFIT TEEN		CROSSFIT	PUGILATO	CROSSFIT TEEN		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
13.00		KARATE SR BASE-INTERMEDIO		KARATE SR BASE-INTERMEDIO	
15.00	KARATE AGONISTI		KARATE AGONISTI		KARATE AGONISTI
16.30	KARATE JR BASE		KARATE PRESCOLARE		KARATE JR BASE
16.45		KARATE JR BASE + INTERMEDIO		KARATE JR BASE + INTERMEDIO	
17.45		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)	
20.30	KARATE SR BASE + INTERMEDIO + AVANZATO	KARATE SR AVANZATO		KARATE SR AVANZATO	KARATE SR BASE + INTERMEDIO + AVANZATO