

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO
	SALA 1	SALA 2	SALA1	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 DOLCE	09.00 CROSSFIT
09.30	CROSSFIT				CROSSFIT				CROSSFIT		10.00 CROSSFIT
12.30	BODY		CROSSFIT		BODY		CROSSFIT		BODY		11.00 CROSSFIT TEEN
13.30	CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	BODY		CROSSFIT	PUGILATO	12.00 CALISTHENICS
15.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT		
16.30	CROSSFIT TEEN		CROSSFIT TEEN 10-14	PREPUGILATO (8-12)	CROSSFIT TECNICA				CROSSFIT WEIGHT LIFTING	CROSSFIT TEEN 10-14	
16.45			CROSSFIT KIDS				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 Agonisti		MUAY THAI Agonisti		PUGILATO Agonisti		MUAY THAI Agonisti	
19.30	CROSSFIT		HYBRID	BOOTY PUMP-Sala 1	CROSSFIT		HYBRID	BOOTY PUMP-	CROSSFIT		
20.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT	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 INTERMEDIO		KARATE JR INTERMEDIO	
17.45		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)		KARATE JR AVANZATO + BASE TEEN (13-19)	
20.30	KARATE SR AVANZATO	KARATE SR BASE-INTERMEDIO		KARATE SR BASE-INTERMEDIO	KARATE SR AVANZATO