

GYM FLOOR

GYM FLOOR					DOMENICA
					9.30 - 13.00
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	8.00 - 20.00

CORSI FITNESS

CORSI FITNESS				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
BODY TONE SALA A 07.40	HEBX boxing SALA B 07.40	BODY TONE SALA A 07.40	HEBX fusion SALA B 07.40		
GINNASTICA DOLCE SALA A 09.30	G. PILATES SALA A 09.30	HATHA YOGA SALA A 09.30	POSTURALE SALA A 09.30	G. PILATES SALA A 09.30	HATHA YOGA SALA A 09.30
G. POSTURALE SALA A 10.30	GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	POSTURALE SALA A 10.30	GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	BODY TONE SALA A 10.30
HEBX fusion SALA B 11.00	CHRISTOPHER HARRISON'S ANTIGRAVITY SALA A 11.30	BALLI DI GRUPPO SALA A 11.30	G. PILATES SALA A 11.30	LES MILLS BODYPUMP SALA A 11.30	HEBX boxing SALA B 12.30
G. PILATES SALA A 11.30	HEBX move SALA B 11.30	HEBX fusion SALA B 11.30	HEBX boxing SALA B 11.30		
HEBX boxing SALA B 13.30	G. PILATES SALA A 13.30	BODY TONE SALA A 13.00	LES MILLS BODYPUMP SALA A 13.30	G. PILATES SALA A 13.30	
G. POSTURALE SALA A 17.00	HEBX fusion SALA B 16.50	MOTR® SALA B 16.40	MOTR® SALA B 17.00	HEBX fusion SALA B 16.50	
HEBX move SALA B 17.40	POWER YOGA SALA A 17.40	POSTURALE SALA A 17.40	CHRISTOPHER HARRISON'S ANTIGRAVITY SALA A 17.40	MOTR® SALA B 17.40	
HATHA YOGA SALA A 18.30	G. PILATES SALA A 18.30	HEBX move SALA B 18.00	HEBX move SALA B 18.00	POSTURALE SALA A 18.30	
G. PILATES SALA B 18.30	MOTR® SALA B 18.30	SLIMMING SALA A 18.30	Yogassè SALA A 18.30	HEBX boxing SALA B 18.30	
CHRISTOPHER HARRISON'S ANTIGRAVITY SALA A 19.20	Yogassè SALA A 19.20	CALISTHENICS SALA B 19.00	BOOTY WORKOUT SALA A 19.20	SLIMMING SALA A 19.20	
HEBX fusion SALA B 19.20	HEBX boxing SALA B 19.20	G. PILATES SALA A 19.20	HEBX boxing SALA B 19.20	CALISTHENICS SALA B 19.20	
BOOTY WORKOUT SALA A 20.10	SLIMMING SALA A 20.10	HEBX fusion SALA B 20.00	Yogassè SALA A 20.10	LES MILLS BODYPUMP SALA A 20.10	
CALISTHENICS SALA B 20.10	DIFESA PERSONALE SALA B 20.30	LES MILLS BODYPUMP SALA A 20.10	HEBX fusion SALA B 20.10	DIFESA PERSONALE SALA B 20.30	

GROUP REFORMER

A PARTIRE DAL 1 OTTOBRE

GROUP REFORMER				PRENOTA	
A PARTIRE DAL 1 OTTOBRE				CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
GROUP REFORMER		GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER
SALA C 10.00		SALA C 09.30	SALA C 10.00	SALA C 11.30	SALA C 11.30
GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER		
SALA C 13.30	SALA C 10.30	SALA C 13.30	SALA C 13.30		
GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	
SALA C 18.00	SALA C 19.00	SALA C 18.30	SALA C 18.00	SALA C 17.40	
GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	GROUP REFORMER	
SALA C 19.20	SALA C 20.10	SALA C 19.20	SALA C 19.20	SALA C 19.00	

SCUOLA NUOTO ADULTI

SCUOLA NUOTO ADULTI				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50			SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50	
SCUOLA NUOTO 14.10 - 15.00			SCUOLA NUOTO 14.10 - 15.00		
SCUOLA NUOTO 19.10 - 20.00	SCUOLA NUOTO 19.10 - 20.00		SCUOLA NUOTO 19.10 - 20.00	SCUOLA NUOTO 19.10 - 20.00	
SCUOLA NUOTO 20.00 - 20.50	SCUOLA NUOTO 20.00 - 20.50		SCUOLA NUOTO 20.00 - 20.50	SCUOLA NUOTO 19.10 - 20.50	

NUOTO LIBERO ASSISTITO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 10.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 10.00	NUOTO LIBERO 08.00 - 10.00
NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.00 - 14.30
		NUOTO LIBERO 20.10 - 22.00			DOMENICA
NUOTO LIBERO 21.00 - 22.00	NUOTO LIBERO 21.00 - 22.00		NUOTO LIBERO 21.00 - 22.00	NUOTO LIBERO 21.00 - 22.00	NUOTO LIBERO 10.00 - 12.30

AQUA FITNESS

AQUA FITNESS

LUNEDÌ

HYDROBIKE

MEDIA 08.15

AQUA SOFT

MEDIA 09.00

AQUA TRAINING

GRANDE 11.00

AQUA TONIC

MEDIA 13.30

AQUA TONIC

MEDIA 19.10

HYDROBIKE

MEDIA 20.00

MARTEDÌ

AQUA SOFT

MEDIA 09.00

AQUA TRAINING

GRANDE 11.00

HYDROBIKE

MEDIA 13.00

AQUA AEROBIC

MEDIA 13.50

AQUA AEROBIC

MEDIA 19.20

HYDROBIKE

MEDIA 20.10

MERCOLEDÌ

AQUA SOFT

MEDIA 08.15

AQUA SOFT

MEDIA 09.05

AQUA TRAINING

GRANDE 11.00

AQUA TONIC

MEDIA 13.00

HYDROBIKE

MEDIA 13.50

AQUA TRAINING

GRANDE 19.20

HYDROBIKE

MEDIA 20.10

GIOVEDÌ

AQUA SOFT

GRANDE 09.00

AQUA TRAINING

GRANDE 11.00

AQUA AEROBIC

MEDIA 13.30

AQUA AEROBIC

MEDIA 19.10

HYDROBIKE

MEDIA 20.00

VENERDÌ

HYDROBIKE

MEDIA 08.15

AQUA SOFT

MEDIA 09.00

AQUA TRAINING

GRANDE 11.00

HYDROBIKE

MEDIA 13.00

AQUA AEROBIC

MEDIA 13.50

HYDROBIKE

MEDIA 19.20

AQUA TONIC

MEDIA 20.10

SABATO

AQUA TRAINING

GRANDE 10.00

AQUA GESTANTI

GRANDE 11.00

HYDROBIKE

MEDIA 12.20

PRENOTA

CON L'APP ATHLONCLUB