ORARIO DAL 18 NOVEMBRE 2026

OLYMPUS
MODUS VIVENDI

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO		DOMENICA	
09.25 cielo	Total body 45	**09.25 cielo**	Ginn. Dolce 45	**09.30 cielo**	Total body 60	**09.25 cielo**	Ginn. Dolce 45	**09.25 cielo**	Ginn. Antalgica 45	**10.00 cielo**	Hatha Yoga 60	**10.00 cielo**	rotazione 60* corsi
10.10 cielo	Pilates 45	**10.15 cielo**	Stretching 45			**10.15 cielo**	Pilates 45	**10.15 cielo**	Mobilità 45				
13.00 cielo	Pilates 45	**13.00 cielo**	Total body 45			**13.00 cielo**	Interval train 45	**13.00 cielo**	Pilates 45				
18.30 aria	Cross Fit 45	**17.00 cielo**	Hip Hop Inter Avanzato 90	**18.30 aria**	Cross Fit 45	**18,45 cielo**	Fit Boxe 60	**17.00 cielo**	Hip Hop Inter Avanzato 90				
18,45 cielo	Gag 45	**18.30 cielo**	Hip Hop Inter Base 60	**18,45 cielo**	Total Body 45	**19.00 aria**	circuit training 45	**18.30 cielo**	Hip Hop Inter Base 60				
19,30 cielo	Fit & Fun 30	**18.30 aria**	Cross Fit 30	**19.15 terra**	Yoga Yin 45	**19.45 cielo**	Pilates 45	**18.30 aria**	Cross Fit 30				
20.00 aria	Spinning 60 *	**19.30 cielo**	Hip Hop Adulti 60	**19,30 cielo**	stretching 30	**20.00 aria**	Spinning 60 *	**19.30 cielo**	Hip Hop Adulti 60				
20.30 terra	Thai Boxe trisett	**20.30 cielo**	Hip Hop Avanzato 90	**20.30 aria**	Thai Boxe bisett			**20.30 cielo**	Hip Hop Avanzato 90				
		19.00 terra	Fat burning 45					**18.45 terra**	Fat Burning 45				
		19.45 terra	Pilates 45					**19.30 terra**	Pilates 45				
		20.00 aria	Spinning 60 *					**20.30 terra**	Thai Boxe bisett				

* Ricordati sempre di prenotare le lezioni con l'asterisco e di portare con te le apposite scarpe da ginnastica pulite, l'asciugamano ed una bevanda.

corsi extra abbonamento

I corsi verranno ridotti e modificati nei mesi estivi durante le festività ed i ponti. Dal 10 Giugno i corsi del mattino/primo pomeriggio vanno prenotati entro il giorno prima.

La direzione si riserva in ogni caso la possibilità di cambiare l'orario dei corsi