

	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				CROSSFIT				09.00 CROSSFIT	
09.30	CROSSFIT				CROSSFIT				CROSSFIT		10.00 CROSSFIT	
11.30			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 + MUAY THAI Agonisti	BODY		CALISTHENICS	MUAY THAI + MUAY THAI Agonisti	BODY		CALISTHENICS	MUAY THAI + MUAY THAI Agonisti		
19.00				PUGILATO Agonisti					PUGILATO Agonisti			
19.30	CROSSFIT		HYBRID	BOOTY PUMP	CROSSFIT			HYBRID	BOOTY PUMP		CROSSFIT	
20.30	CROSSFIT		CROSSFIT		CROSSFIT ENDURANCE	BOOTY PUMP Sala 1	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 AVANZATO	KARATE SR BASE + INTERMEDIO + AVANZATO		KARATE SR BASE + INTERMEDIO + AVANZATO	KARATE SR AVANZATO