



# Orario Definitivo

dal 26 settembre 2011



	mattina							pausa pranzo			sera							
<b>lun</b>	9,30-10,30 SPECIAL YOGA SALA 1 laura	9,30-10,15 BACK PREVEN SALA 2 elena	10,15-11,00 BODY CONTROL SALA 2 elena		10,30-11,15 PANCA FIT SALA 1 silvia	11,00-11,30 PANCA FIT SALA 1 elena		12,30-13,00 SENSUAL DANCE SALA 1 irina	12,45-13,30 HARD TONE SALA 1 silvia	13,00-14,00 HARD TONE SALA 1 irina		18,30-19,00 STRETCH SALA 1 silvia	19,00-19,45 MOBILITY & TONE SALA 1 silvia	19,00-19,45 B-FIT BOXE SALA 1 gian	19,30-20,30 B-FIT BOXE SALA 1 silvia	20,00-20,45 B-FIT BOXE SALA 1 gian	20,30-21,15 GAG SALA 1 silvia	
<b>mar</b>	9,00-10,00 GINN RISVEGLIO SALA 2 katia	9,30-10,00 BACK PREVEN SALA 1 barbara	10,00-10,30 G.A.G. SALA 2 barbara	10,00-11,00 GINN RISVEGLIO SALA 3 katia	10,00-10,30 XTONE DOWN SALA 1 irina	10,30-11,00 ENERGY DANCE SALA 2 barbara	10,30-11,30 XTONE UP SALA 1 irina	13,00-13,45 ENERGY DANCE SALA 1 max	13,45-14,30 STEP SALA 1 max	14,30-14,45 mini STRETCH SALA 1 max		18,00-18,45 SPECIAL G.A.G. SALA 1 silvia	18,45-19,30 SPECIAL TONE SALA 1 silvia	19,00-19,45 ZUMBA SALA 1 max	19,30-20,15 ZUMBA SALA 1 david	20,15-21,00 ALL ATTREZZI SALA 1 david	20,00-20,45 ALL ATTREZZI SALA 1 max	
<b>mer</b>	9,30-10,00 FLEX & STRETCH SALA 1 lalla	10,00-11,00 ALLEN ATTREZZI SALA 1 lalla		10,30-11,15 PANCA FIT SALA 1 silvia	11,00-11,30 PANCA FIT SALA 1 lalla		12,30-13,00 SENSUAL DANCE SALA 1 irina	13,00-13,45 HARD TONE SALA 1 silvia	13,00-14,00 HARD TONE SALA 1 irina		18,00-18,45 STRETCH SALA 1 anna	18,45-19,30 BODY CONTROL SALA 1 anna	19,30-20,15 ENERGY DANCE SALA 1 max	19,45-20,45 STEP SALA 1 gianni	20,15-21,00 STEP SALA 1 max			
<b>gio</b>	9,00-10,00 GINN RISVEGLIO SALA 2 katia	9,30-10,30 SPECIAL YOGA SALA 1 laura	10,00-10,30 G.A.G. SALA 2 stefy	10,00-11,00 GINN RISVEGLIO SALA 3 katia	10,30-11,00 ENERGY DANCE SALA 1 stefy	11,00-11,30 STRECH SALA 1 stefy	13,00-13,45 ALLEN ATTREZZI SALA 1 stefy	13,45-14,30 ENERGY DANCE SALA 1 stefy	14,30-14,45 mini STRETCH SALA 1 stefy		18,30-19,15 SPECIAL G.A.G. SALA 1 irina	19,15-20,00 ALL ATTREZZI SALA 1 irina	19,00-19,45 POWER FLEX SALA 1 cristina	20,00-20,45 POWER FLEX SALA 1 irina	20,00-20,45 POWER FLEX SALA 1 cristina			
<b>ven</b>	9,30-10,00 BACK PREVEN SALA 1 barbara	10,00-10,30 ENERGY FIT SALA 1 barbara		10,30-11,00 G.A.G. SALA 1 barbara	11,00-11,30 PANCA FIT SALA 1 barbara		13,00-13,45 ZUMBA SALA 1 manu	13,00-14,00 ZUMBA SALA 1 david		18,30-19,00 STEP & TONE SALA 1 andrea	18,45-19,30 STEP SALA 1 max	19,00-19,45 STEP SALA 1 andrea	19,45-20,30 B-PUMP SALA 1 andrea	20,30-21,15 B-FIT BOXE SALA 1 andrea				
<b>sab</b>	11,00-11,45 ENERGY DANCE SALA 1 max	13,30-14,15 STEP SALA 1 a rotaz.	14,15-15,00 G.A.G. SALA 1 a rotaz.	15,00-15,30 STRETCH SALA 1 a rotaz.	15,30-16,00 STRETCH SALA 1 a rotaz.	16,00-17,00 STRETCH SALA 1 cristina												
<b>dom</b>	11,00-11,45 ALLEN ATTREZZI SALA 1 a rotaz.	11,00-11,45 SPECIAL CLASS SALA 1 a rotaz.	11,45-12,30 SPECIAL CLASS SALA 1 a rotaz.	12,30-13,00 STRECH SALA 1 a rotaz.														

COREOGRAFIA  
BIO ALLENAMENTO  
TONIFICAZIONE

### Orari Apertura e Recapiti

Tel: 0331 598646 Fax: 0331 597050 e-mail: info@bfit.it web: http://bfit.it/

Da Lunedì a Venerdì: 09:00 - 22:30  
Sabato e Domenica: 09:00 - 18:00

I corsi potrebbero subire variazioni di orario, di attività e di istruttori. Per maggiori informazioni rivolgersi alla reception.

# ACQUA FITNESS 2011 (DAL 19 SETTEMBRE)

**lun**

9,30-10,15	10,30-11,15	13,00-13,45	19,15-20,00	20,00-20,45
AQUA FIT	HIDRO BIKE	AQUA FIT	AQUA FIT	AQUA FIT
stefy	stefy	gianni	gianni	gianni

**mar**

9,30-10,15	13,00-13,45
GALLEGGIAMENTO	GALLEGGIAMENTO
patty	gianni

**mer**

9,30-10,15	10,30-11,15	13,00-13,45	19,15-20,00	20,00-20,45
AQUA FIT	HIDRO BIKE	AQUA G.A.G	HIDRO BIKE	AQUA FIT
gianni	gianni	gianni	nico	nico

**gio**

9,30-10,15	13,00-13,45
CIRCUIT TRAIN	HIDRO BIKE
stefy	paola

**ven**

9,30-10,15	10,30-11,30	13,00-13,45	19,15-20,00	20,00-20,45
AQUA FIT	HIDRO BIKE	AQUA FIT	HIDRO BIKE	AQUA FIT
patty	patty	stefy	stefy	stefy

**sab**

12,30-13,15
HIDRO BIKE
patty

**dom**

11,00-11,45	12,00-12,45
AQUA FIT	HIDRO BIKE
rotaz.	rotaz.