

| | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | SABATO | DOMENICA |
|--|---|----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|--|--------------------|
| Orario Attività Sportiva di Ginnastica finalizzata alla Salute e al Fitness | CrossFit - Elite Fitness Training | | | | | | |
| | 07:00 B1 Francesco | 07:00 B1 Elisa | 07:00 B1 Mimmo | 07:00 B1 Elisa | 07:00 B1 Elisa | 10:00 B1 Rotazione | 10:00 B1 Rotazione |
| | 13:00 B1 Francesco | 12:00 B1 Valentina | 13:00 B1 Mimmo | 12:00 B1 Elisa | 13:00 B1 Elisa | 11:00 B1 Rotazione | 11:00 B1 Rotazione |
| | | 16:00 B1 Francesco TEEN | | 16:00 B1 Elisa TEEN | | | |
| | 17:00 B1 Elisa | 17:00 B1 Francesco | 17:00 B1 Mimmo | 17:00 B1 Elisa | 17:00 B1 Valentina | | |
| | 18:00 B1 Elisa | 18:00 B1 Mimmo | 18:00 B1 Mimmo | 18:00 B1 Elisa | 18:00 B1 Valentina | | |
| | 19:00 B1 Elisa | 19:00 B1 Mimmo | 19:00 B1 Mimmo | 19:00 B1 Elisa | 19:00 B1 Valentina | | |
| | 20:00 B1 Elisa | 20:00 B1 Francesco | 20:00 B1 Mimmo | 20:00 B1 Elisa | 20:00 B1 Valentina | | |
| | 21:00 B1 Elisa | 21:00 B1 Mimmo | 21:00 B1 Mimmo | 21:00 B1 Elisa | | | |
| | 20:00 B2 Davide WGM | 19:00 B2 Francesco WGM | | 19:00 B2 Davide WGM | | | |
| | | 20:00 B2 On Ramp 1 ora | | | | 09:00 B2 On Ramp 1 ora | |
| | WorkFit - Fitness Funzionale | | | | | | |
| | 09:00 B4 Francesco | | 09:00 B4 Mimmo | | 09:00 B4 Elisa | 09:00 B4 Matteo B. | |
| | 12:00 B4 Francesco | 13:00 B4 Marco | 12:00 B4 Mimmo | 13:00 B4 Elisa | 12:00 B4 Elisa | 12:00 B4 Rotazione | 12:00 B4 Rotazione |
| | 17:00 B4 Nadia | | 17:00 B4 ValeZ | | | NUOVO BOX WORKFIT! | |
| | 18:00 B4 Nadia | 18:00 B4 Francesco | 18:00 B4 Marco | 18:00 B4 Marco | 18:00 B4 Marco | | |
| | 19:00 B4 Nadia | 19:00 B4 Matteo B. | 19:00 B4 Marco | 19:00 B4 Marco | 19:00 B4 Marco | | |
| | 20:00 B4 Valentina | 20:00 B4 Mimmo | 20:00 B4 ValeZ | 20:00 B4 Marco | 20:00 B4 Matteo B. | | |
| | 21:00 B4 Valentina | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | CORSI Ginnastica - Fitness Posturale e Pilates | | | | | | |
| | 10:00 S3 Marco | 10:00 S3 Valentina | | 10:00 S3 Laura | 10:00 S3 Marco | | |
| | | 13:00 B2 Valentina | | 13:00 B2 Valentina | | | |
| | 18:00 B2 Valentina | | 18:00 B2 Francesca | | 18:00 B2 ValeZ | | |
| 19:00 B2 Valentina | | 19:00 B2 Francesca | | 19:00 B2 ValeZ | | | |
| CORSI Dinamici - Fitness Aero e Tonic | | | | | | | |
| 13:00 S3 Matteo B. 60' Tonic Trx | 13:00 S3 Giada 60' Circuit | 13:00 S3 Fausto 60' Spinning | 13:00 S3 Giada 60' Total Body | 13:00 S3 ValeZ 60' Aero Fly | 10:00 S3 Matteo B. 60' Aero Tonic | 11:00 S3 Novembre/Maggio 60' Spinning | |
| 18:30 S3 Giada 60' Circuit | 18:30 S3 Daniele G. 60' Step Tone | 18:30 S3 ValeZ 60' Total Body | 18:30 S3 Giada 60' Circuit | 18:30 S3 Matteo B. 60' ZumbaFit | | | |
| 19:30 S3 Andrea 60' Spinning | 19:30 S3 Daniele 60' Spinning | 19:30 S3 Bruno 60' Spinning | 19:30 S3 Piero 60' Spinning | 19:30 S3 Bruno 60' Spinning | | | |
| | 20:30 S3 Matteo B. 60' Zumba | | | | | | |
| Extra - Arti Marziali e Danza | | | | | | | |
| 15:30 S3 Silvia 180' Danza | | 15:30 S3 Silvia 180' Danza | | | 11:00 S3 Giacomo 90' Kendo | LEGENDA B1 BOX 1 B2 BOX 2 S3 SALA 3 B4 BOX 4 | |
| 20:30 S3 Cesare 90' Krav Maga | | 20:30 S3 Bruno 60' Star Bike | | 20:30 S3 Bruno 60' Star Spin | | | |
| Star Body Società Sportiva Dilettantistica Srl Unipersonale - REGISTRO CONI n. 230113 - ASI | | | | | | dal 22/10/18 | |

Abbonamento CORSI