

EURGYM CENTER - www.eurgymcenter.it - tel. 06-59.16.446

ORARIO PALESTRA: DAL LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 07.00 ALLE 22.30 CHIUSURA 23.00 - SAB. 10.00 - 18.00 CHIUSURA 18.30 DOM. 10.00 - 15.30 CHIUSURA 16.00

PIANIFICAZIONE						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
07.30 - 08.15 AQUA BIKE Melania *	NUOTO LIBERO	07.30 - 08.15 AQUA BIKE Melania *	07.00 - 10.30 NUOTO LIBERO	07.30 - 08.15 AQUA BIKE Melania *		
08.15 - 11.00 NUOTO LIBERO	10.30 - 11.15 AQUA BIKE CIRC. Alessandra *	08.15 - 11.00 NUOTO LIBERO	10.30 - 11.15 AQUA BIKE CIRC. Alessandra *	08.15 - 11.00 NUOTO LIBERO		
11.00 - 11.45 ACQUA B.A.G. Daniela *	NUOTO LIBERO	11.00 - 11.45 AQUA AEROBIC Daniela *	11.15 - 13.00 NUOTO LIBERO	11.00 - 11.45 AQUA AEROBIC Daniela *	10.00 - 12.30 SCUOLA NUOTO	10.00 - 11.30 NUOTO LIBERO
12.00 - 13.30 NUOTO LIBERO	13.00 - 13.45 AQUA GYM Valentina	12.00 - 13.30 NUOTO LIBERO	13.00 - 13.45 AQUA GYM Valentina	12.00 - 13.30 NUOTO LIBERO	12.30 - 13.15 AQUA CIRCUIT Antonella	11.30 - 12.15 JOLLY turnover
13.30 - 14.15 ACQUA G.A.G. Melania	NUOTO LIBERO	13.30 - 14.15 ACQUAGYM Cristiana	13.45 - 15.15 NUOTO LIBERO	13.30 - 14.15 AQUA BIKE Melania		12.30 - 15.30 NUOTO LIBERO
14.30 - 15.15 RUN BIKE CIR. Melania	15.15 - 16.00 AQUA GYM Cristiana	14.15 - 15.45 NUOTO LIBERO	15.15 - 16.00 AQUA GYM Cristiana	14.30 - 15.15 ACQUAGYM	14.30 - 16.00 NUOTO LIBERO	
16.00 - 19.30 SCUOLA NUOTO	16.00 - 18.45 SCUOLA NUOTO	15.45 - 19.00	16.00 - 19.30	16.00 - 18.45 SCUOLA NUOTO	16.00 - 16.45 AQUARELAX Alessandra	
	18.45 - 19.30 AQUA GYM Giordana	SCUOLA NUOTO	SCUOLA NUOTO	18.45 - 19.30 AQUA I.T. Marco Di Maggio		
19.30 - 20.15 AQUA CIRCUIT Cristiana	19.30 - 20.15 AQUA BIKE Antonella *	19.00 - 19.45 AQUA I.T. Marco Di Maggio	19.30 - 20.15 AQUA BIKE CIRC. Cristina	19.30 - 20.15 AQUA CIRCUIT Cristiana		
20.15 - 21.00 AQUA G.A.G. Cristiana	20.15 - 21.00 RUNBIKE CIRC. Cristina	20.00 - 20.45 AQUACOMBAT Cristiana		20.15 - 21.00 NUOTO LIBERO		
21.00 - 21.50 SCUOLA NUOTO AD. **	21.00 - 21.50 SCUOLA NUOTO AD. **	21.00 - 22.30 NUOTO LIBERO	21.00 - 21.50 SCUOLA NUOTO AD. **	21.00 - 21.50 SCUOLA NUOTO AD. **		
21.50 - 22.30 NUOTO LIBERO	21.50 - 22.30 NUOTO LIBERO		21.50 - 22.30 NUOTO LIBERO	21.50 - 22.30 NUOTO LIBERO	21.50 - 22.30 NUOTO LIBERO	

N.B. l'asterisco * indica la disponibilità di una corsia per il nuoto libero
N.B. GLI ORARI IN GRIGIO NON SONO COMPRESI NEGLI ABBONAMENTI

SALA PILATES ORARIO IN VIGORE DAL 6 SEPTEMBRE - L'ASTERISCO INDICA L'INIZIO DELLE LEZIONI DAL 2019						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
7.30 studio pilates Giovanni				7.30 hb pilates Giovanni		
10.00 pancafit post. Valeria C.		10.00 pancafit post. Valeria C.		10.00 pancafit post. Valeria C.	11.30 pilates turnover	10.30 stretching roberto
13.30 pilates Giovanni	13.30 pilates Giorgia	13.30 studio pilates Giovanni	13.30 pilates Giovanni	13.30 Pilates Giorgia		
14.30 studio pilates Giovanni	15.00 hata yoga Anna	17.30 studio pilates Giovanni		15.00 hata yoga Anna	15.30 stretching roberto	
	15.30 studio pilates Giovanni	18.30 studio pilates Giovanni				
17.30 pilates Gabriella	17.45 pancafit post. Barbara	17.30 Pilates Barbara	17.45 pancafit post. Giovanni	17.30 Pilates Gabriella		
18.30 pilates Denis	18.30 hb pilates Giovanni	18.30 hb pilates Barbara	18.30 hb pilates Giovanni	18.30 pilates Denis		
19.30 power yoga Marina	19.30 hb pilates Giovanni	19.30 power yoga Marina	19.30 hb pilates Giovanni	19.30 power yoga Marina		

SALA SPINNING/CLUB						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
7.30 - 8.30 LEONARDO		7.30 - 8.30 GIOVANNI		7.30 - 8.30 LEONARDO	10.30 - 11.30 ANDREA	
13.30 - 14.30 ANTONELLO	13.30 - 14.30 ALBERTO	13.30 - 14.30 ANTONELLO	13.30 - 14.30 ALBERTO	13.30 - 14.30 ANTONELLO	12.30 - 13.30 MIRCO	11.00 - 12.30 Special Class da 90'
	17.30 - 18.30 FABRIZIO		17.30 - 18.30 FABRIZIO		13.30 - 14.30 MIRCO	
18.30 - 19.30 LUCA	18.30 - 19.30 FABRIZIO	18.30 - 19.30 LUCA	18.30 - 19.30 FABRIZIO	18.30 - 19.30 LUCA		
19.30 - 20.30 LUCA	19.30 - 20.30 ANDREA	19.30 - 20.30 LUCA	19.30 - 20.30 ANDREA			
	20.30-21.30 ANDREA		20.30-21.30 ANDREA-			

SALA RUNNING						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
	13.30 - 14.30 ALFIO		13.30 - 14.30 ALFIO		11.30 - 12.30 ANTONELLA	
18.30-19.30 ALFIO	18.30-19.30 ANTONELLA	18.30-19.30 ALFIO	18.30-19.30 ANTONELLA			
19.30-20.30 ANNA		19.30-20.30 ANNALISA	19.30-20.30 CLAUDIO	19.30-20.30 ANNALISA		

SALA ROWING/CLUB						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
					11.30-12.30 ANDREA W.	11.30-12.30 LORIANA
13.30-14.30 LUCA A.		13.30-14.30 LUIGI		13.30-14.30 LUIGI		
	18.00-19.00 ANDREA W.		18.30-19.30 FRANCESCA			
18.30-19.30 F. PROLLI	19.00-20.00 PENTA G.	18.30-19.30 MARTA	19.30-20.30 FRANCESCA	18.30-19.30 LUCA A.		
19.30 - 20.30 F. PROLLI		19.30-20.30 MARTA				

ARTI MARZIALI			
Kick Boxe	Lun / Mer / Ven	19.00-20.00	Maestro Moroni
Capoeira	Lun 20.30	Merc 21.00	Maestro Macao
Difesa Personale			
Boxe Competition	Lun / Mer / Ven	18.00-19.00	Maestro Marcozzi
Karate Kids BASE	Mar / Gio	17.00-18.00	Maestro Bianco
Karate Kids AVANZATO	Lun / Ven	17.00-18.00	Maestro Bianco
Karate Shotokan BASE	Lun / Mer / Ven	20.00-21.00	Maestro Bianco
Karate Shotokan AV.	Lun / Mer / Ven	21.00-22.00	Maestro Bianco
Prepugilistica	Lun / Mer / Ven	18.00 - 19.00	Maestro Marcozzi
Kick Boxing	Mar / Gio	18.30 - 19.30	Maestro Passerini
Karate Kyokushincai	Mar / Gio	19.30 - 20.30	Maestro Passerini
Difesa Personale	Mar / Gio	20.30 - 21.30	Maestro Passerini

La direzione si riserva di variare in qualsiasi momento il presente orario