

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
MATTINO	SPINNING 9.30 - 10.30 KATE 🚴 SALA RED	BRUCIA GRASSI 10.00 - 10.50 JULIAN 🔥 SALA BLU	SPINNING 9.30 - 10.30 KATE 🚴 SALA RED	SBARRA TONE 9.30 - 10.00 JULIAN 🤸 SALA BLU	YOGA FLEX 10.00 - 10.45 ROBERTA 🧘 SALA BLU	CLASSIC ADVENTURE 11.00 - 11.50 JULIAN 🧘 SALA BLU	CORSO A ROTAZIONE 11.00 - 12.00 SALA BLU
	POSTURALE DOLCE 10.00 - 10.50 ROBERTA 🌿 SALA GOLD	TRX 13.00 - 13.50 TATIANA 🔥 ESTERNO2/SALA BLU	TONIFICAZIONE DOLCE 10.00 - 10.50 ROBERTA 🌿 SALA BLU	TOTAL BODY 10.00 - 10.50 JULIAN ∞ SALA BLU	PANCAFIT 11.00 - 11.30 ROBERTA 🏋️ SALA RED		SPINNING 11.00 - 12.00 A ROTAZIONE 🚴 SALA RED
	TOTAL BODY 10.30 - 11.20 TATIANA ∞ SALA BLU	BOXE UP 12.50 - 13.40 MARCO 🥊 SALA BLU	INSANITY CRAZY MIX 12.50 - 13.40 ORLES 🏋️ ESTERNO/ SALA BLU	SPINNING 12.50 - 13.50 KATE 🚴 SALA RED	TOTAL BODY 13.00 - 13.50 TATIANA ∞ SALA BLU	ADDOME	
	BRUCIA GRASSI 12.40 - 13.30 JULIAN 🔥 SALA BLU	BOOTY BARRE 14.45 - 15.40 VERONICA SALA BLU	POSTURAL YOGA 12.50 - 13.40 ROBBY 🧘 SALA GOLD	TOTAL BODY 13.00 - 13.50 TATIANA ∞ SALA BLU	BIKINI BODY 16.00 - 16.50 TATIANA 🏋️ SALA BLU	ADDOME	
	ADDOME 13.30 - 14.00 JULIAN ☰ SALA BLU	PILATES 17.00 - 17.45 ROBBY 🌿 SALA BLU	FLEX TONE 14.00 - 14.25 VERONICA 🏋️ SALA BLU	CLASSIC DANCE 14.10 - 15.10 JULIAN 🎶 SALA BLU	PANCAFIT 17.30 - 18.15 SPYROS/ROBBY 🏋️ SALA RED	ADDOME	
	TOTAL BODY 14.00 - 14.50 TATIANA ∞ SALA BLU	GLAM DANCE 18.00 - 18.50 CECILIA 🎶 SALA BLU	ADDOME 14.30 - 14.55 VERONICA ☰ SALA BLU	PILATES 17.00 - 17.50 ROBBY 🌿 SALA BLU	ADDOME		
	POSTURAL TRAINING 16.00 - 16.45 ROBBY 🧘 SALA BLU	TRX 18.00 - 18.25 ORLES 🏋️ ESTERNO2/SALA GOLD	STEP 16.00 - 16.50 JULIAN 📏 SALA BLU	TRX 18.00 - 18.25 NICO 🏋️ ESTERNO 1/SALA GOLD	SPINNING 14.30 - 15.30 GIAMPI 🚴 SALA RED		
	BRUCIAGRASSI 17.00 - 17.50 JULIAN 🔥 SALA BLU	INTENSITY TRAINING 18.30 - 18.55 ORLES 📊 ESTERNO 2/SALA GOLD	POSTURAL TRAINING 16.00 - 16.50 ROBBY 🧘 SALA GOLD	ATLETIC GAG 18.10 - 19.00 VALENTINA 🏋️ SALA BLU	PILATES 18.00 - 18.50 CECILIA 🌿 SALA BLU	INTENSITY TRAINING 15.30 - 16.25 ORLES/NICO 📊 SALA BLU	
	STEP DANCE 18.00 - 18.50 JULIAN 📏 SALA BLU	SPINNING 18.40 - 19.40 KATE 🚴 SALA RED	TONIFICAZIONE 17.00 - 17.50 JULIAN ☰ SALA BLU	CROSS FUNCIONAL 18.30 - 18.55 NICO 📊 ESTERNO/SALA GOLD	YOGA FLEX 18.00 - 18.50 TATIANA 🧘 SALA BLU	TONIFICAZIONE	
	ZUMBA 18.00 - 18.50 VERONICA 🎶 SALA GOLD	INTENSITY TRAINING 19.00 - 19.25 ORLES 📊 ESTERNO 2/SALA GOLD	SLIDE POWER (NEW) 18.00 - 18.50 TATIANA 🧘 SALA BLU	ADDOME 19.00 - 19.25 NICO ☰ ESTERNO/SALA GOLD	SPINNING 18.30 - 19.30 KATE 🚴 SALA RED	SPINNING	
POMERIGGIO	PANCAFIT 18.00 - 18.55 VALENTINA 🏋️ SALA RED	ADDOME 19.00 - 19.25 ORLES ☰ SALA GOLD	PANCAFIT 18.15 - 19.00 SPYROS 🏋️ SALA RED	SPINNING 19.00 - 20.00 LUIGINA 🚴 SALA RED	ZUMBA 19.00 - 19.50 CECILIA 🎶 SALA BLU	POSTURALE	
	ADDOME 19.00 - 19.25 VERONICA ☰ SALA GOLD	ADDOME 19.30 - 19.55 ORLES ☰ SALA GOLD	JUST PUMP 19.00 - 19.50 TATIANA 🤸 SALA BLU	STEP BASE 19.15 - 19.45 JULIAN 🚴 SALA BLU	ADDOME 19.00 - 19.25 ORLES ☰ SALA GOLD	DANCE	
	VICTORIA SHAPE 19.00 - 19.50 KATE 🏋️ SALA BLU	STEP BASE 19.15 - 19.45 JULIAN 📏 SALA BLU	SPINNING 19.15 - 20.15 GIAMPI 🚴 SALA RED	STEP DANCE 19.45 - 20.15 JULIAN 📏 SALA BLU	ADDOME 19.00 - 19.25 ORLES ☰ SALA GOLD	ALTA INTENSITÀ	
	SPINNING 19.20 - 20.20 GIAMPI 🚴 SALA RED	STEP DANCE 19.45 - 20.15 JULIAN 📏 SALA BLU	PILATES 20.10 - 21.00 VEERONICA 🧘 SALA BLU	TOTAL BODY 20.15 - 21.05 JULIAN ∞ SALA GOLD	ADDOME 19.00 - 19.25 ORLES ☰ SALA GOLD		
	YOGA FLEX 19.30 - 20.20 VERONICA 🧘 SALA BLU	BOXE UP 20.15 - 21.05 MARCO 🥊 SALA BLU	TRX 20.15 - 21.00 TATIANA ESTERNO /SALA GOLD	BOXE UP 20.15 - 21.05 MARCO 🥊 SALA BLU	ADDOME 19.00 - 19.25 ORLES ☰ SALA GOLD		
		TOTAL BODY 20.15 - 21.05 JULIAN ∞ SALA GOLD					



Prenotazione obbligatoria per corsi e sala fitness (sala cardio+sala pesi).

La prenotazione potrà essere effettuata:
- tramite app "MY I CLUB" con credenziali da richiedere telefonicamente alla reception
- tramite contatto telefonico diretto con la reception.

