

CORSI TERRA

DAL 30 GIUGNO AL 13 LUGLIO 2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		08:25 - 09:10 PILATES MAT Annabella		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Annabella				
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 PILATES MAT Barbara	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Rosalinda			
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty				10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele		
											11:00 - 11:45 ZUMBA Ledìa
13:15 - 14:00 PUMP Titty	13:15-14:00 PILATES MAT Donatella	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura		13:15 - 14:00 TOTAL BODY Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena	13:15-14:00 PILATES MAT Barbara	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura			13:00-13:45 PILATES MAT Rotazione
										DOMENICA	
17:30 - 18:15 TOTAL BODY Rosalinda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara		17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Rotazione		17:30 - 18:15 PUMP Michela	17:30 - 18:15 PILATES MAT Rotazione		
18:20 - 19:05 GAG Rosalinda	18:25 - 19:10 ZUMBA Ledìa	18:20 - 19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 GAG Annabella		18:20-19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 TOTAL BODY Steven			
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo		19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10- 19:55 PILATES MAT Rotazione				
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele				20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele						



Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.

CORSI TERRA DAL 14 AL 20 LUGLIO 2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty				08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Annabella				
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 PILATES MAT Laura	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Rosalinda			
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty				10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele		
											11:00 - 11:45 ZUMBA Ledia
13:15 - 14:00 PUMP Titty	13:15-14:00 PILATES MAT Emanuele	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura		13:15 - 14:00 TOTAL BODY Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena	13:15-14:00 PILATES MAT Emanuele				13:00-13:45 PILATES MAT Rotazione
										DOMENICA	
17:30 - 18:15 TOTAL BODY Rosalinda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele		17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella		17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Donatella			17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella		
18:20 - 19:05 GAG Rosalinda	18:25 - 19:10 ZUMBA Ledia	18:20 - 19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 GAG Annabella		18:20-19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 TOTAL BODY Laura			
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo		19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10 - 19:55 PILATES MAT Donatella				
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele				20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele						



Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.

CORSI TERRA DAL 21 AL 27 LUGLIO 2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty				08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty		08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Annabella				
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura			09:15 - 10:00 PILATES MAT Barbara	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Rosalinda			
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty				10:15 - 11:00 PILATES MAT Emanuele		
											11:00 - 11:45 ZUMBA Ledìa
13:15 - 14:00 PUMP Titty	13:15-14:00 PILATES MAT Donatella	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura		13:15 - 14:00 TOTAL BODY Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena	13:15-14:00 PILATES MAT Barbara				13:00-13:45 PILATES MAT Rotazione
										DOMENICA	
17:30 - 18:15 TOTAL BODY Rosalinda	17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara		17:30 - 18:15 PILATES MAT Emanuele	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Laura			17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella		
18:20 - 19:05 GAG Rosalinda	18:25 - 19:10 ZUMBA Ledìa	18:20 - 19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 GAG Annabella		18:20-19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 TOTAL BODY Laura			
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo		19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10 - 19:55 PILATES MAT Laura				
	20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele				20:00 - 20:45 PILATES MAT Emanuele						



Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.

CORSI TERRA

DAL 28 LUGLIO AL 3 AGOSTO 2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty							08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Barbara			
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Laura				09:15 - 10:00 PILATES MAT Barbara	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Rosalinda		
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Barbara	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty					10:15 - 11:00 PILATES MAT Barbara	
	13:15-14:00 PILATES MAT Donatella	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Laura		13:15 - 14:00 TOTAL BODY Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena					
	17:30 - 18:15 PILATES MAT Annabella		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Donatella				17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella	
18:20 - 19:05 GAG Laura	18:25 - 19:10 ZUMBA Ledja	18:20 - 19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 GAG Annabella		18:20-19:05 PUMP Glenda			18:20 - 19:05 TOTAL BODY Steven		
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Laura		19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Laura	19:10 - 19:55 PILATES MAT Donatella				

DOMENICA



Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO		
Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	
	08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Titty				08:25 - 09:10 POSTURAL TRAINING Annabella							
09:15 - 10:00 TOTAL BODY Titty			09:15 - 10:00 POSTURAL TRAINING Titty	09:15 - 10:00 TOTAL BODY Annabella			09:15- 10:00 PILATES MAT Barbara					
	10:15 - 11:00 PILATES MAT Barbara	10:15 - 11:00 PUMP Titty			10:15 - 11:00 PILATES MAT Titty					10:15 - 11:00 PILATES MAT Barbara		
	13:15-14:00 PILATES MAT Donatella	13:05 - 13:50 FUNCTIONAL Annabella		13:15 - 14:00 TOTAL BODY Elena		13:15-14:00 TOTAL BODY Elena						
										DOMENICA		
	17:30 - 18:15 PILATES MAT Rosalinda		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara		17:30 - 18:15 PILATES MAT Barbara	17:30 - 18:15 TOTAL BODY Donatella			17:30 - 18:15 PILATES MAT Donatella			
18:20 - 19:05 GAG Rosalinda	18:25 - 19:10 ZUMBA Ledia	18:20 - 19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 GAG Annabella		18:20-19:05 PUMP Glenda		18:20 - 19:05 TOTAL BODY Steven				
19:10 - 19:55 TOTAL BODY Elena		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo		19:10 - 19:55 TOTAL BODY Silvia		19:10 - 19:55 FUNCTIONAL Edoardo	19:10- 19:55 PILATES MAT Donatella					



Tutti i corsi sono a prenotazione (da oggi fino a 7 giorni) e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone, mentre la disdetta da parte del tesserato potrà essere fatta fino ad un minuto prima dell'inizio della lezione.