

ORA	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO
7,00 - 7,45		TOTAL BODY	GAG					
8,30 - 9,15	VERTEBRALE			DOLCE				
9,30 - 10,15	DOLCE			VERTEBRALE		10,30 - 11,30		CIRCUITO
10,30 - 11,15		PILATES	TOTAL BODY		10,30 - 11,30	PILATES		
12,30 - 13,00	CIRCUITO	GAG	CIRCUITO	CIRCUITO	12,30 - 13,00	ADDOME		
13,00 - 13,30	TABATA	CIRCUITO	PILATES	ADDOME	13,00 - 13,30	TOTAL BODY		
13,30 - 14,00	ADDOME	FIT-BOX	ADDOME	TABATA	13,30 - 14,00	FIT-BOX		
17,00 - 17,30	ZUMBA	DOLCE	ZUMBA	DOLCE	17,00 - 17,30	ZUMBA		
17,30 - 18,00		VERTEBRALE		VERTEBRALE	17,30 - 18,00			
18,00 - 18,30	GAG	CIRCUITO	STEP	CIRCUITO	18,00 - 18,30	GAG		
18,30 - 19,00	CIRCUIT TRAINING	HIIT		HIIT	18,30 - 19,00	CIRCUIT TRAINING		
ORARIO APERTURA SALA: lunedì a venerdì 7,00-21,00 sabato 9,00-17,00 domenica 9,00-14,00								

S.S.D.R.L.  
**CROCERA**  
**STADIUM**  
 UN MONDO DI SPORT



ITALIA  
 ENTE DI PROMOZIONE  
 SPORTIVA  
 RICONOSCIUTO  
 DAL CONI

**Tel. 010 8686677**