

| FB: Body New Fitness | | Instagram: @bodynewofficial / @esteticabodynew | | | ANNO 2024/2025 |
|---|---|--|--|--|--|
| LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' | SABATO |
| 09.00-10.00 GYM TONIC Susy | 9.15-10.30 TRUE POWER YOGA Azzurra | 09.00 - 10.00 STEP & TONE Susy | 9.15-10.30 TRUE POWER YOGA Azzurra | 09.00-10.00 GYM TONIC Susy | 10.15-11.05 ZUMBA Martina |
| 10.30-11.30 PILATES Valeria | 10:30-11:30* BALLI DI GRUPPO Alessandra | 10.30-11.30 PILATES Alessandra | 10.30-11.30* BALLI DI GRUPPO Alessandra | 10.30-11.30 PILATES Valeria | 11.15-12.15 TRUE POWER YOGA Azzurra |
| 13.30 - 14.30 FIT BOXE Stefania | 13.30 - 14.30 PILATES Martina | 13.30-14.30 FUNZIONALE Susy | 13.30-14.30 FIT BOXE Stefania | 13.30-14.30 FUNZIONALE Susy | 12.15-13.15 FUNZIONALE Susy/Etta |
| 17:00-18.00 TABATA Paula | 17:00-18:00 ZUMBA Martina | 17.00-18.00 GAG Paula | 17.00-18.00 ZUMBA Martina | 17.00-18.00 TABATA Paula | |
| 18:00-19:00 FULL BODY Paula | 18.00-19.00 FUNZIONALE Susy | 18.00-19.00 FUNZIONALE Susy | 18.00-19.00 TOTAL BODY Martina | 18.00-19.00 FULL BODY Paula | |
| 19.00-20.00 FIT BOXE Stefania | 19.00-20.00 TOTAL BODY Susy | 19.00-20.00 FIT BOXE Stefania | 19.00-20.00 TRUE POWER YOGA Azzurra | 19.00-20.00 FIT BOXE Stefania | |
| 20.00-21.00 STEP COREOGRAFICO Susy | 20:00-21:00* BACHATA SENSUAL (Principiante) Giulia & Gianluca | 20.00-21.00 HIIT WORKOUT Etta | 20.00-21.00 PILATES Martina | | |
| 21.00-22.00 PILATES Alessandra | 21.00-22.00* BACHATA SENSUAL (Intermedio) Giulia & Gianluca | 21.00-22.00* SALSA CUBANA (Principiante) Lucia & Silvano | 21.00-23.00* <ul style="list-style-type: none">• MAN STYLE• LADY STYLE• BACHATA• ZOUCK• REGGAETON | | |
| | 22.00-23.00* BACHATA SENSUAL (Avanzato) Giulia & Gianluca | 22.00-23.30* SALSA CUBANA (Intermedio) Lucia & Silvano | (un appuntamento al mese per ogni disciplina) | | |

TUTTI I CORSI POSSONO ESSERE MODIFICATI E/O ANNULLATI NEL CORSO DELL'ANNO

* LE LEZIONI INDICATE CON * HANNO COSTI AGGIUNTIVI