



	LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO
	SALA "B"	SALA "C"	SALA "B"	SALA "C"	SALA "B"	SALA "C"	SALA "B"	SALA "C"	SALA "B"	SALA "C"	SALA "B"
09:30											GAG Federica
10:00	GINNASTICA DOLCE Elisa		GAG Federica		GINNASTICA DOLCE Elisa		GAG Federica		GINNASTICA DOLCE Elisa		KRAV MAGA Sergio
13:30	FUNCTIONAL TR. Cristian				FUNCTIONAL TR. Cristian				FUNCTIONAL TR. Cristian		
14:20	FUNCTIONAL TR. Cristian				FUNCTIONAL TR. Cristian				FUNCTIONAL TR. Cristian		
15:30		POSTURALE Cristian				POSTURALE Cristian				POSTURALE Cristian	
16:00	STRONG Dalila				STRONG Dalila				STRONG Dalila		
16:30		POSTURALE Cristian				POSTURALE Cristian				POSTURALE Cristian	
17:00	CIRCUIT TRAINING Tommaso				CIRCUIT TRAINING Tommaso				CIRCUIT TRAINING Tommaso		
18:00	BODY TONIC Luciana		ONE KORE MOVE Luigi		BODY TONIC Luciana		ONE KORE MOVE Luigi		BODY TONIC Luciana		
18:30		TAEKWONDO Bambini				TAEKWONDO Bambini				TAEKWONDO Bambini	
19:00	TOTAL WORKOUT Cristian		STEP ENERGY Luigi		TOTAL WORKOUT Cristian		SKULPT Luigi		TOTAL WORKOUT Cristian		
19:30		TAEKWONDO Adulti				TAEKWONDO Adulti				TAEKWONDO Adulti	
20:00	BODY TONIC Luciana		GAG Tommaso		BODY TONIC Luciana		GAG Tommaso		BODY TONIC Luciana		
21:00	POWER PUMP Saverio	BALLI CARAIBICI Nicola	KRAV MAGA Sergio	YOGA Luca	POWER PUMP Saverio	BALLI CARAIBICI Nicola	KRAV MAGA Sergio	YOGA Luca	POWER PUMP Saverio		



	SALA "A"					CYCLING ROOM		TENSOSTRUTTURA			
	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	LUNEDI	MERCOLEDI	MARTEDI	GIOVEDI	MERCOLEDI	VENERDI
9:00 – 11:00	MATTIA	-	MATTIA	-	MATTIA						
11:00 - 13:00	-	-	-	-	-						
13:30 – 14:30	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	SPINNING 19:30 ENZO	SPINNING 19:30 ENZO	TESSUTI AEREI 14:30 – 16:30	SCUOLA CALCIO 17:00 – 19:00	JUDO 17:00 – 19:00	TESSUTI AEREI 14:30 – 16:30
14:30 – 15:30	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71						
15:30 – 16:30	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71						
16:30 – 17:30	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71						
17:30 – 18:00	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71	TOMMASO 71						
18:00 – 19:30	TOMMASO 68	DARIO	TOMMASO 68	DARIO	TOMMASO 68	SPINNING 20.30 ENZO	SPINNING 20.30 ENZO	SCUOLA CALCIO 17:00 – 19:00		JUDO 17:00 – 19:00	
19:30 – 20:30	PAOLO	DARIO	PAOLO	DARIO	PAOLO						
20:30 – 21:30	PAOLO	DARIO	PAOLO	DARIO	PAOLO						

**ORARIO** DAL LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 8,30 ALLE 22:00  
**APERTURA** SABATO DALLE 8,30 ALLE 12:00 – DALLE 16:00 - ALLE 19:00

**STAGIONE 2018/2019**

CUS POTENZA ASD - Via dell'Ateneo Lucano, 4 Tel. 0971 205007  
www.cuspotenza.com e-mail: cuspotenza@hotmail.it