

# Movimento Unico - Orario di Novembre 2025

Note: nessuna

| Lunedì                      | Martedì                          | Mercoledì                    | Giovedì                         | Venerdì                        | Sabato                      |
|-----------------------------|----------------------------------|------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
|                             | Morning Pilates<br>07:30 - 08:30 |                              |                                 | Yoga Dinamico<br>07:30 - 08:30 |                             |
|                             |                                  |                              |                                 |                                |                             |
| P Dolce<br>11:00 - 12:00    |                                  |                              | P Dolce<br>11:00 - 12:00        |                                |                             |
|                             |                                  |                              |                                 |                                |                             |
| Tot Barre<br>12:45 - 13:45  |                                  |                              |                                 |                                |                             |
|                             |                                  | Hatha Yoga<br>13:15 - 14:15  | P Tot Body<br>13:15 - 14:15     | P Mat<br>13:10 - 14:10         |                             |
| Class Gr 3<br>14:30 - 16:00 |                                  | HH Teen Int<br>14:15 - 15:30 |                                 | HH Teen Int<br>14:15 - 15:45   |                             |
|                             | Cont Gr 2<br>15:00 - 16:00       |                              | Cont Gr 2<br>15:15 - 16:15      |                                | Stage_Test<br>15:00 - 16:30 |
| Cont Gr 3<br>16:00 - 17:00  | BF Teen 1<br>16:00 - 17:00       | Class Gr 3<br>15:30 - 16:30  | Propedeutica 1<br>16:15 - 17:00 | BF Teen Av<br>15:45 - 16:45    |                             |
| BF Bimbi<br>17:00 - 18:00   | HH Bimbi<br>17:00 - 18:00        | Cont Gr 3<br>16:30 - 18:00   | Propedeutica 2<br>17:00 - 18:00 | Cont Gr 4<br>16:45 - 17:45     |                             |
| Cont Gr 4<br>18:00 - 19:15  | Class Gr 1<br>18:00 - 19:00      | P Ballerini<br>18:00 - 19:00 | Cont Gr 1<br>18:00 - 19:00      | Class Gr 4<br>17:45 - 19:00    |                             |
| Cont Ad<br>19:15 - 20:30    | Cardio - 19:00/19:30             | Cont Gr 4<br>19:00 - 20:30   | BF Ad Av<br>19:00 - 20:00       | Class Ad<br>19:00 - 20:00      |                             |
|                             | HH Pre Prof<br>19:30 - 21:30     |                              | Cont Ad<br>20:00 - 21:00        | HH Open<br>20:00 - 21:30       |                             |
| HH Av<br>20:30 - 22:00      |                                  | Collettivo<br>20:30 - 22:30  | P Tonic Relax<br>21:00 - 22:00  |                                |                             |
|                             | BF Ad Int<br>21:30 - 22:30       |                              |                                 |                                |                             |