



ORARIO LUGLIO 2025

GYM FLOOR

					DOMENICA
					9.30 - 13.00
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	6.00 - 22.00	8.00 - 18.00

CORSI FITNESS

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
BODY TONE SALA A 07.40	boxing SALA B 07.40	fusion SALA B 07.40	BODY TONE SALA A 07.40		
	G. PILATES SALA A 09.30			G. PILATES SALA A 09.30	fusion SALA B 09.00
GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	POSTURALE SALA A 10.30	GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	POSTURALE SALA A 10.30	GINNASTICA DOLCE SALA A 10.30	BODY TONE SALA A 10.30
G. PILATES SALA A 11.30	BODY TONE SALA A 11.30	LES MILLS BODYPUMP SALA A 11.30	G. PILATES SALA A 11.30	boxing SALA B 11.30	boxing SALA B 12.30
boxing SALA B 13.30	G. PILATES SALA A 13.30	BODY TONE SALA A 13.00	LES MILLS BODYPUMP SALA A 13.30	G. PILATES SALA A 13.30	
G. POSTURALE SALA A 16.50	BOOTY WORKOUT SALA A 16.50				
G. PILATES SALA A 17.40	POWER YOGA SALA A 17.40	POSTURALE SALA A 17.40	MOTR® SALA B 17.40	BODY TONE SALA A 17.40	
SLIMMING SALA A 18.30	G. PILATES SALA A 18.30	MOTR® SALA B 17.40	ANTIGRAVITY SALA A 17.40	POSTURALE SALA A 18.30	
MOTR® SALA B 18.30	MOTR® SALA B 18.30	SLIMMING SALA A 18.30	fusion SALA B 18.30	boxing SALA B 18.30	
ANTIGRAVITY SALA A 19.20	passè SALA A 19.20	fusion SALA B 18.50	Yogassè SALA A 18.30	SLIMMING SALA A 19.20	
fusion SALA B 19.20	boxing SALA B 19.20	G. PILATES SALA A 19.20	BOOTY WORKOUT SALA A 19.20	CALISTHENICS SALA B 19.20	
BOOTY WORKOUT SALA A 20.10	SLIMMING SALA A 20.10	CALISTHENICS SALA B 19.40	boxing SALA B 19.20	LES MILLS BODYPUMP SALA A 20.10	
CALISTHENICS SALA B 20.10	DIFESA PERSONALE SALA B 20.10	LES MILLS BODYPUMP SALA A 20.10	G. PILATES SALA A 20.10	DIFESA PERSONALE SALA B 20.10	

GROUP REFORMER

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
GROUP REFORMER SALA C 09.30		GROUP REFORMER SALA C 09.30	GROUP REFORMER SALA C 10.30	GROUP REFORMER SALA C 11.30	GROUP REFORMER SALA C 11.30
GROUP REFORMER SALA C 13.30		GROUP REFORMER SALA C 13.30	GROUP REFORMER SALA C 13.30		
	GROUP REFORMER SALA C 18.30	GROUP REFORMER SALA C 18.30	GROUP REFORMER SALA C 18.30	GROUP REFORMER SALA C 17.40	
GROUP REFORMER SALA C 19.20	GROUP REFORMER SALA C 20.10	GROUP REFORMER SALA C 19.20	GROUP REFORMER SALA C 19.20	GROUP REFORMER SALA C 19.30	

SCUOLA NUOTO ADULTI

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50			SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50	
SCUOLA NUOTO 14.10 - 15.00			SCUOLA NUOTO 14.10 - 15.00		
SCUOLA NUOTO 18.50 - 19.40	SCUOLA NUOTO 18.50 - 19.40		SCUOLA NUOTO 18.50 - 19.40	SCUOLA NUOTO 18.50 - 19.40	
SCUOLA NUOTO 19.40 - 20.30	SCUOLA NUOTO 19.40 - 20.30		SCUOLA NUOTO 19.40 - 20.30	SCUOLA NUOTO 19.40 - 20.30	

NUOTO LIBERO ASSISTITO

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 10.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 07.00 - 10.00	NUOTO LIBERO 08.00 - 10.00
NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.30 - 14.30	NUOTO LIBERO 12.00 - 14.30
NUOTO LIBERO 20.30 - 22.00	NUOTO LIBERO 20.30 - 22.00	NUOTO LIBERO 20.00 - 22.00	NUOTO LIBERO 20.30 - 22.00	NUOTO LIBERO 20.30 - 22.00	DOMENICA NUOTO LIBERO 09.30 - 12.30

AQUA FITNESS

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
HYDROBIKE MEDIA 08.15				HYDROBIKE MEDIA 08.15	
AQUA SOFT MEDIA 09.00	AQUA SOFT MEDIA 09.00	AQUA SOFT MEDIA 09.00	AQUA SOFT GRANDE 09.00	AQUA SOFT MEDIA 09.00	AQUA TRAINING GRANDE 10.00
AQUA TRAINING GRANDE 11.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	AQUA GESTANTI GRANDE 11.00
		AQUA TONIC MEDIA 13.00			
AQUA TONIC MEDIA 13.20	AQUA AEROBIC MEDIA 13.30	HYDROBIKE MEDIA 13.50	AQUA AEROBIC MEDIA 13.20	HYDROBIKE MEDIA 13.00	HYDROBIKE MEDIA 12.20
AQUA TONIC MEDIA 19.00	AQUA AEROBIC MEDIA 19.00	AQUA TRAINING GRANDE 18.50	AQUA AEROBIC MEDIA 19.00	HYDROBIKE MEDIA 19.00	
HYDROBIKE MEDIA 19.50	HYDROBIKE MEDIA 19.50	HYDROBIKE MEDIA 19.40	HYDROBIKE MEDIA 19.50	AQUA TONIC MEDIA 19.50	



ORARIO AGOSTO 2025

GYM FLOOR

					CONTROLLA LA TUA APP! NEI GIORNI DALL' 11 AL 24 L'ORARIO POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
8.00 - 21.00	8.00 - 21.00	8.00 - 21.00	8.00 - 21.00	8.00 - 21.00	9.30 - 13.00

CORSI FITNESS

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
BODY TONE SALA A 10.00	G. PILATES SALA A 11.00	G. PILATES SALA A 10.00	BODY TONE SALA A 11.00	BODY TONE SALA A 10.00	
	BODY TONE SALA A 13.00			G. PILATES SALA A 13.00	
G. PILATES SALA A 18.00	BODY TONE SALA A 18.00	POSTURALE SALA A 18.00	G. PILATES SALA A 18.00	POSTURALE SALA A 18.00	
BOOTY WORKOUT SALA A 18.50	G. PILATES SALA A 18.50	BODY TONE SALA A 18.50	BOOTY WORKOUT SALA A 18.50	BODY TONE SALA A 18.50	

NUOTO LIBERO ASSISTITO

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
NUOTO LIBERO 09.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 09.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 09.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 09.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 09.00 - 11.00	NUOTO LIBERO 10.00 - 12.00
NUOTO LIBERO 12.00 - 14.00	NUOTO LIBERO 12.00 - 14.00		NUOTO LIBERO 12.00 - 14.00	NUOTO LIBERO 12.00 - 14.00	
NUOTO LIBERO 18.30 - 20.30	NUOTO LIBERO 18.30 - 20.30	NUOTO LIBERO 18.30 - 20.30	NUOTO LIBERO 18.30 - 20.30	NUOTO LIBERO 18.30 - 20.30	

SCUOLA NUOTO ADULTI

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
	SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50			SCUOLA NUOTO 10.00 - 10.50	
SCUOLA NUOTO 13.00 - 13.50			SCUOLA NUOTO 13.00 - 13.50		
SCUOLA NUOTO 19.30 - 20.20	SCUOLA NUOTO 19.30 - 20.20		SCUOLA NUOTO 19.30 - 20.20	SCUOLA NUOTO 19.30 - 20.20	

AQUA FITNESS

				PRENOTA CON L'APP ATHLONCLUB	
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
AQUA TRAINING GRANDE 11.00	HYDROBIKE MEDIA 10.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	HYDROBIKE MEDIA 10.00	AQUA TRAINING GRANDE 11.00	
		HYDROBIKE MEDIA 13.00			
HYDROBIKE MEDIA 19.40	AQUA TONIC MEDIA 19.40	AQUA TONIC MEDIA 19.40	HYDROBIKE MEDIA 19.40	AQUA TONIC MEDIA 19.40	

propaganda attività fisica sportiva dilettantistica

SOCIETA' SPORTIVA DILETTANTISTICA POINT 2000 SSD

AFFILIAZIONE ASI: LAZ-RM4453

