



LUME

# ORARI MACERATA

## GYM FLOOR

DOMENICA

7.00 - 19.00

LUNEDÌ

6.00 - 23.00

MARTEDÌ

6.00 - 23.00

MERCOLEDÌ

6.00 - 23.00

GIOVEDÌ

6.00 - 23.00

VENERDÌ

6.00 - 23.00

SABATO

7.00 - 19.00

## CORSI FITNESS

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

LES MILLS SHAPES

SALA 4 8.30

YOGA VINYASA

SALA 4 7.00

PILATES INTERMEDIO

SALA 4 8.30

YOGA VINYASA

SALA 4 07.00

YOGA HATHA

SALA 4 08.30

LES MILLS BODYPUMP

SALA 2 9.30

LES MILLS BODY PUMP

SALA 2 9.15

CORPO LIBERO

SALA 3 9.15

intensitYOU Power

SALA 2 09.15

CORPO LIBERO

SALA 3 09.15

LES MILLS CORE

SALA 2 09.15

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 2 10.30

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 4 10.00

PILATES BASE

SALA 4 10.00

PILATES INTERMEDIO

SALA 3 10.00

MOBILITY

SALA 4 10.00

PILATES BASE

SALA 4 13.30

CALISTHENICS

13.15

LES MILLS BODY PUMP

SALA 2 13.30

CALISTHENICS

13.15

LES MILLS BODY ATTACK

SALA 2 13.30

intensitYOU POWER

SALA 2 13.30

WALK & TONE

SALA 1 13.30

SPARTAN SYSTEM

SALA 4 13.30

YOGA VINYASA

SALA 4 13.30

LES MILLS RPM

SALA 1 13.30

LESS MILLS RPM

SALA 1 13.30

YOGA VINYASA

SALA 2 13.30

LES MILLS RPM

SALA 1 13.30

PILATES AVANZATO

SALA 3 13.30

PILATES BARRE

SALA 4 13.30

LES MILLS BODYPUMP

SALA 1 14.30

LES MILLS CORE

SALA 2 13.30

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 4 14.30

WALK&TONE

SALA 1 13.30

LES MILLS BODYBALANCE

13.30

LES MILLS PILATES

SALA 4 18.00

SPARTAN SYSTEM

SALA 4 18.00

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 4 18.00

LES MILLS CORE

SALA 2 14.30

YOGA HATHA

SALA 4 16.00

LES MILLS BODY PUMP

SALA 2 18.15

intensitYOU Power

SALA 2 18.15

LES MILLS SHAPES

SALA 4 18.00

WALKING

SALA 1 16.30

CORPO LIBERO

SALA 3 18.30

LesMills BODY ATTACK

SALA 3 18.30

LES MILLS CORE

SALA 3 18.15

LES MILLS DANCE

SALA 3 18.15

LES MILLS SHAPES

SALA 4 19.00

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 4 19.00

TRX PILATES

SALA 4 19.00

BOXING HERO

SALA 2 18.15

LES MILLS SHAPES

SALA 4 18.00

LES MILLS BODY COMBAT

SALA 2 19.15

LES MILLS CORE

SALA 3 19.30

CALISTHENICS

SALA 2 19.15

SPARTAN SYSTEM

SALA 3 19.00

LES MILLS BODY COMBAT

SALA 2 18.15

CALISTHENICS

SALA 3 19.15

YOGA HATHA

SALA 4 20.00

intensitYOU STAMINA

SALA 2 19.15

YOGA VINYASA

SALA 4 19.00

CORPO LIBERO

SALA 3 18.30

CORPO LIBERO

SALA 3 19.30

WALKING

SALA 2 20.30

CORPO LIBERO

SALA 3 19.30

LES MILLS BODY PUMP

SALA 2 19.15

PILATES INTERMEDIO

SALA 4 19.00

LES MILLS BODYBALANCE

SALA 4 20.15

PILATES BASE

SALA 4 20.00

LES MILLS BODY BALANCE

SALA 4 20.15

CALISTHENICS

19.00

intensitYOU POWER

SALA 2 20.30

LES MILLS BODY PUMP

SALA 2 20.15

LES MILLS RPM

SALA 1 20.30

intensitYOU POWER

SALA 2 19.15

CORPO LIBERO

SALA 3 20.30

CORPO LIBERO

SALA 3 19.30

MOBILITY

SALA 4 20.00

LES MILLS CORE

SALA 2 20.15

## CROSSFIT

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

CROSSFIT

7.00

CROSSFIT

7.00

CROSSFIT

7.00

CROSSFIT

9.00

CROSSFIT

9.00

CROSSFIT

9.00

CROSSFIT

9.00

CROSSFIT

9.00

CROSSFIT

09.30

CROSSFIT

12.30

CROSSFIT

12.30

CROSSFIT

12.30

CROSSFIT

12.30

CROSSFIT

12.30

CROSSFIT

12.15

CROSSFIT

13.45

CROSSFIT

13.45

CROSSFIT

13.45

CROSSFIT

13.45

CROSSFIT

13.45

CROSSFIT

17.15

CROSSFIT

17.15

CROSSFIT

17.15

CROSSFIT

17.15

CROSSFIT

17.15

CROSSFIT

18.15

CROSSFIT

18.15

CROSSFIT

18.15

CROSSFIT

18.15

CROSSFIT

18.15

CROSSFIT

19.15

CROSSFIT

19.15

CROSSFIT

19.15

CROSSFIT

19.15

CROSSFIT

19.15

CROSSFIT

20.15

CROSSFIT

20.15

CROSSFIT

20.15

CROSSFIT

20.15

CROSSFIT

20.15

DOMENICA

CROSSFIT

10.30

## REFORMER & WBS (WELL BACK SYSTEM)

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

REFORMER

7.30

REFORMER

7.30

REFORMER

7.30

REFORMER

9.00

REFORMER

8.30

REFORMER

8.30

REFORMER

8.30

REFORMER

8.30

REFORMER

10.00

WBS

10.30

REFORMER

10.00

WBS

10.30

REFORMER

10.00



LUME

# ORARI MONTECASSIANO

## GYM FLOOR

DOMENICA

CHIUSO

LUNEDÌ

7.00 - 22.00

MARTEDÌ

7.00 - 22.00

MERCOLEDÌ

7.00 - 22.00

GIOVEDÌ

7.00 - 22.00

VENERDÌ

7.00 - 22.00

SABATO

8.00 - 18.00

## CORSI FITNESS

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

CORPO LIBERO  
SALA 1 9.30

MARTEDÌ

PILATES  
SALA 1 10.00

MERCOLEDÌ

CORPO LIBERO  
SALA 1 09.30

GIOVEDÌ

YOGA HATHA  
SALA 1 10.00

VENERDÌ

PILATES  
SALA 1 10.00

SABATO

intensitYOU  
SALA 2 13.00

PILATES  
SALA 1 13.00

WALKING  
SALA 2 13.00

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 13.00

LES MILLS CORE  
SALA 2 13.00

PILATES  
SALA 1 13.30

LES MILLS BODY BALANCE  
SALA 2 13.30

YOGA HATHA  
SALA 1 13.30

WALK&TONE  
SALA 2 13.45

intensitYOU  
SALA 2 13.45

LES MILLS CORE  
SALA 2 17.30

WALKING  
SALA 2 17.30

LES MILLS BODY BALANCE  
SALA 1 18.30

CORPO LIBERO  
SALA 1 17.30

PILATES  
SALA 1 17.30

PILATES  
SALA 2 18.30

YOGA HATHA  
SALA 2 18.15

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 18.30

LES MILLS RPM  
SALA 2 18.30

REGGAETON  
SALA 1 18.30

intensitYOU  
SALA 2 18.30

LES MILLS CORE  
SALA 2 18.30

CALISTHENICS  
19.00

PILATES  
SALA 1 19.15

intensitYOU  
SALA 2 18.30

CALISTHENICS  
19.00

CORPO LIBERO  
SALA 2 19.30

intensitYOU  
SALA 2 19.30

WALKING  
SALA 2 19.30

CALISTHENICS  
19.00

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 19.30

LES MILLS BODY BALANCE  
SALA 1 19.30

LES MILLS DANCE  
SALA 1 19.30

LES MILLS CORE  
SALA 2 19.30

## REFORMER

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

REFORMER  
13.30

MARTEDÌ

REFORMER  
9.00

GIOVEDÌ

REFORMER  
10.00

SABATO

REFORMER  
10.30

REFORMER  
19.30

REFORMER INTERMEDIO  
19.15

REFORMER  
19.30

REFORMER  
18.15

REFORMER  
18.30

REFORMER INTERMEDIO  
18.30

## NUOTO LIBERO

LUNEDÌ

7.30 - 21.30

MARTEDÌ

8.30 - 21.30

MERCOLEDÌ

7.30 - 21.30

GIOVEDÌ

8.30 - 21.30

VENERDÌ

7.30 - 21.30

SABATO

8.30 - 18.00

## CORSI ACQUA

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

AcquaGYM  
7.30

MERCOLEDÌ

AcquaWALKING  
07.45

VENERDÌ

LesMills Acquatonus  
7.30

AcquaWALKING  
8.45

AcquaGYM  
9.00

AcquaGYM  
8.45

AcquaFIT  
9.00

AcquaWALKING  
9.00

AcquaBIKE  
8.45

AcquaFIT  
9.45

AcquaCROSS  
10.00

AcquaFIT  
9.45

AcquaGYM  
10.00

LesMills AcquaDynamic  
10.00

AcquaGYM  
9.45

AcquaGYM  
12.40

LesMills AcquaDynamic  
12.40

AcquaCROSS  
12.45

AcquaWALKING  
12.45

AcquaCROSS  
13.00

AcquaWALKING  
13.45

LesMills AcquaWork  
13.40

AcquaWALKING  
13.45

AcquaGYM  
13.40

AcquaBIKE  
14.00

AcquaWALKING  
17.15

LesMills AcquaDynamic  
17.30

AcquaGYM  
17.15

LesMills AquaDynamic  
18.15

AcquaBIKE  
18.30

AcquaWALKING  
18.20

AcquaBIKE  
18.15

AcquaBIKE  
19.15

LesMills AcquaTonus  
19.30

AcquaBIKE  
19.15

LesMills AquaDynamic  
19.15

AcquaWALKING  
19.15

LesMills Aquawork  
20.15

LesMills AcquaWork  
20.10

AcquaBIKE  
20.15

## ACQUANIDO-MAMMA

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

ACQUANIDO

20 mesi - 3 anni  
Martedì - 18.15

3-20 mesi  
Giovedì - 10.00

20 mesi - 3 anni  
Sabato - 10.15

3-20 mesi  
Sabato - 11.00

ACQUAMAMMA

Mercoledì  
11.30

Venerdì  
18.20

## SCUOLA NUOTO ADULTI

PRENOTA

CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

SCUOLA NUOTO  
11.00

MARTEDÌ

SCUOLA NUOTO  
12.40

MERCOLEDÌ

SCUOLA NUOTO  
16.20

GIOVEDÌ

SCUOLA NUOTO  
11.00

VENERDÌ

SCUOLA NUOTO  
12.40

SABATO

SCUOLA NUOTO  
10.30

SCUOLA NUOTO  
20.00

SCUOLA NUOTO MASTER  
20.00

SCUOLA NUOTO  
20.00

SCUOLA NUOTO  
20.00

SCUOLA NUOTO MASTER  
20.00

SCUOLA NUOTO  
20.50

SCUOLA NUOTO  
20.50



LUME