



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

YOGA VINYASA  
SALA 4 8.30

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 9.15

YOGA HATHA  
SALA 4 10.00

PILATES BASE  
SALA 4 13.30

intensitYOU POWER  
SALA 2 13.30

LESS MILLS RPM  
SALA 1 13.30

LES MILLS BODYPUMP  
SALA 1 14.30

PILATES INTERMEDIO  
SALA 4 18.00

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 18.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 18.30

PILATES BASE  
SALA 4 19.00

LES MILLS BODY COMBAT  
SALA 2 19.15

CALISTHENICS  
SALA 3 19.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 19.30

LES MILLS BODYBALANCE  
SALA 4 20.15

intensitYOU POWER  
SALA 2 20.30

MARTEDÌ

YOGA VINYASA  
SALA 4 7.00

CORPO LIBERO  
SALA 3 9.15

PILATES BASE  
SALA 4 10.00

CALISTHENICS  
13.15

WALK & TONE  
SALA 1 13.30

YOGA VINYASA  
SALA 2 13.30

LES MILLS CORE  
SALA 2 13.30

SPARTAN SYSTEM  
SALA 4 18.00

LesMills BODY ATTACK  
SALA 3 18.30

YOGA VINYASA  
SALA 4 19.00

LES MILLS CORE  
SALA 3 19.30

YOGA HATHA  
SALA 4 20.00

WALKING  
SALA 2 20.30

MERCOLEDÌ

PILATES INTERMEDIO  
SALA 4 8.30

intensitYOU Power  
SALA 2 09.15

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 13.30

SPARTAN SYSTEM  
SALA 4 13.30

LES MILLS RPM  
SALA 1 13.30

LES MILLS BODY BALANCE  
SALA 4 14.30

YOGA HATHA  
SALA 4 18.00

intensitYOU Power  
SALA 2 18.15

LES MILLS CORE  
SALA 3 18.15

TRX PILATES  
SALA 4 19.00

CALISTHENICS  
SALA 2 19.15

intensitYOU STAMINA  
SALA 2 19.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 19.30

PILATES BASE  
SALA 4 20.00

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 20.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 20.30

GIOVEDÌ

YOGA VINYASA  
SALA 4 07.00

CORPO LIBERO  
SALA 3 09.15

PILATES INTERMEDIO  
SALA 3 10.00

CALISTHENICS  
13.15

YOGA VINYASA  
SALA 4 13.30

PILATES AVANZATO  
SALA 3 13.30

WALK&TONE  
SALA 1 13.30

PILATES BARRE  
SALA 4 18.00

LES MILLS DANCE  
SALA 3 18.15

BOXING HERO  
SALA 2 18.15

SPARTAN SYSTEM  
SALA 3 19.00

YOGA VINYASA  
SALA 4 19.00

LES MILLS BODY PUMP  
SALA 2 19.15

LES MILLS BODY BALANCE  
SALA 4 20.15

LES MILLS RPM  
SALA 1 20.30

VENERDÌ

YOGA HATHA  
SALA 4 08.30

LES MILLS CORE  
SALA 2 09.15

MOBILITY  
SALA 4 10.00

LES MILLS BODY ATTACK  
SALA 2 13.30

LES MILLS RPM  
SALA 1 13.30

PILATES BARRE  
SALA 4 13.30

LES MILLS BODYBALANCE  
13.30

LES MILLS CORE  
SALA 2 14.30

WALKING  
SALA 1 16.30

YOGA IN VOLO  
SALA 4 17.00

PILATES BASE  
SALA 4 18.00

LES MILLS BODY COMBAT  
SALA 2 18.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 18.30

PILATES INTERMEDIO  
SALA 4 19.00

CALISTHENICS  
19.00

intensitYOU POWER  
SALA 2 19.15

CORPO LIBERO  
SALA 3 19.30

MOBILITY  
SALA 4 20.00

LES MILLS CORE  
SALA 2 20.15

SABATO

LES MILLS BODYPUMP  
SALA 2 9.30

LES MILLS BODYBALANCE  
SALA 2 10.30

YOGA HATHA  
SALA 4 16.00

## CROSSFIT

PRENOTA  
CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

CROSSFIT  
7.00

CROSSFIT  
9.00

CROSSFIT  
12.30

CROSSFIT  
13.45

CROSSFIT  
17.15

CROSSFIT  
18.15

CROSSFIT  
19.15

CROSSFIT  
20.15

MARTEDÌ

CROSSFIT  
9.00

CROSSFIT  
12.30

CROSSFIT  
13.45

CROSSFIT  
17.15

CROSSFIT  
18.15

CROSSFIT  
19.15

CROSSFIT  
20.15

MERCOLEDÌ

CROSSFIT  
7.00

CROSSFIT  
9.00

CROSSFIT  
12.30

CROSSFIT  
13.45

CROSSFIT  
17.15

CROSSFIT  
18.15

CROSSFIT  
19.15

CROSSFIT  
20.15

GIOVEDÌ

CROSSFIT  
9.00

CROSSFIT  
12.30

CROSSFIT  
13.45

CROSSFIT  
17.15

CROSSFIT  
18.15

CROSSFIT  
19.15

CROSSFIT  
20.15

VENERDÌ

CROSSFIT  
7.00

CROSSFIT  
9.00

CROSSFIT  
12.30

CROSSFIT  
13.45

CROSSFIT  
17.15

CROSSFIT  
18.15

CROSSFIT  
19.15

CROSSFIT  
20.15

SABATO

CROSSFIT  
09.30

CROSSFIT  
12.15

DOMENICA

CROSSFIT  
10.30

## REFORMER & WBS (WELL BACK SYSTEM)

PRENOTA  
CON TECHNOGYM APP

LUNEDÌ

REFORMER  
7.30

REFORMER  
10.00

REFORMER  
13.30

REFORMER  
14.30

REFORMER INTERMEDIO  
18.00

REFORMER  
19.00

MARTEDÌ

REFORMER  
8.30

WBS  
10.30

REFORMER INTERMEDIO  
13.30

WBS  
17.00

REFORMER INTERMEDIO  
19.00

MERCOLEDÌ

REFORMER  
7.30

REFORMER  
8.30

REFORMER  
10.00

REFORMER  
18.00

REFORMER  
19.30

GIOVEDÌ

REFORMER  
8.30

WBS  
10.30

REFORMER  
13.30

WBS  
17.00

REFORMER  
18.00

VENERDÌ

REFORMER  
7.30

REFORMER  
8.30

REFORMER  
10.00

REFORMER  
18.00

SABATO

REFORMER  
9.00



LUME



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 18.15

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

MARTEDÌ

AcquaGYM  
9.00

MERCOLEDÌ

AcquaWALKING  
07.45

GIOVEDÌ

AcquaFIT  
9.00

VENERDÌ

LesMills Acquatonus  
7.30

SABATO

AcquaBIKE  
8.45

AcquaWALKING  
8.45

AcquaGYM  
8.45

AcquaFIT  
9.45

AcquaWALKING  
9.00

AcquaGYM  
9.45

AcquaFIT  
9.45

AcquaCROSS  
10.00

AcquaFIT  
9.45

AcquaGYM  
10.00

LesMills AcquaDynamic  
10.00

AcquaCROSS  
12.45

AcquaWALKING  
12.45

AcquaCROSS  
13.00

AcquaWALKING  
12.40

LesMills AcquaDynamic  
12.40

AcquaWALKING  
13.45

AcquaGYM  
13.40

AcquaBIKE  
14.00

AcquaWALKING  
13.45

LesMills AcquaWork  
13.40

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