

ORARI LEZIONI ACQUAFITNESS

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
09:00	● ACQUABIKE SARA		● TREADMILL FRANCESCA		● ACQUABIKE SARA		
09:15		● STEP GAIA <small>NEW</small>		● TREADMILL GAIA			
09:45	● TREADMILL SARA		● ACQUAGYM FRANCESCA		● ACQUAGYM SARA		
10:00		● ACQUABIKE GAIA		● ACQUABIKE GAIA		● ACQUABIKE CHICCA	
10:45				● ACQUAGYM BASSA GAIA <small>NEW</small>			● ACQUABIKE
11:00						● ACQUABIKE VALENTINA	
11:30							● TREADMILL
13:00	● ACQUAGYM VANESSA	● ACQUAGYM VANESSA	● ACQUABIKE GAIA	● ACQUAGYM FRANCESCA	● TREADMILL VANESSA	● ACQUAGYM FRANCESCA	
13:45	● CROSS&SWIM ANDREA	● TREADMILL CHICCA	● ACQUAGYM BASSA GAIA <small>NEW</small>	● TREADMILL FRANCESCA	● CROSS&SWIM ANDREA		
14:30	● ACQUABIKE BRUNA		● TREADMILL BRUNA		● ACQUABIKE BRUNA		
16:45	● ACQUAGYM BRUNA	● ACQUAGYM CHICCA		● ACQUAGYM CHICCA	● ACQUAGYM BRUNA		
17:00			● ACQUAGYM BRUNA				
18:30	● ACQUAGYM CHICCA		● ACQUAGYM BRUNA		● ACQUAGYM CHICCA		
19:15	● KICK BOXE CHICCA <small>NEW</small>	● STEP GAIA <small>NEW</small>	● TREADMILL BRUNA	● STEP GAIA <small>NEW</small>	● KICK BOXE CHICCA <small>NEW</small>		
20:00		● CROSS&SWIM ANDREA		● CROSS&SWIM ANDREA			

INFO E LEGENDA

ATTIVITÀ DAI 15 ANNI IN SÙ

DURATA ATTIVITÀ:

IN ACQUA: 45 MIN. - **IN SALA:** 50 MIN.

ATTIVITÀ IN ACQUA

● TONIFICAZIONE

ATTIVITÀ IN SALA

● CARDIO/TONE

● ANTALGIA POSTURALE



**INQUADRA IL
QR CODE O VISITA IL
NOSTRO SITO
E PRENOTA I TUOI CORSI**

GLI ORARI E LE TIPOLOGIE DI LEZIONE,
POSSONO ESSERE SOGGETTE A MODIFICHE.

ORARI LEZIONI SALA CORSI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00	PILATES GIOVANNA	TOTAL BODY VANESSA	PILATES GIOVANNA	TOTAL BODY VANESSA	PILATES GIOVANNA	
10:00						PILATES VALENTINA
13:00	PILATES BRUNA		PILATES BRUNA		PILATES BRUNA	
13:45	ONEKOR NRG VANESSA	ONEKOR NRG VANESSA		ONEKOR NRG VANESSA	ONEKOR NRG VANESSA	
17:30		AERO FIT BOXE CHICCA <small>NEW</small>			AERO FIT BOXE CHICCA <small>NEW</small>	
18:00	ONEKOR NRG VANESSA	FITBALL ELENA		ONEKOR NRG VANESSA	FITBALL ELENA	
18:30	BODY FIT SIMONE	PILATES VALENTINA	BODY FIT SIMONE	PILATES VALENTINA	PILATES VALENTINA	
19:20		PILATES VALENTINA				

TRE STILI PER **STARE BENE,**
UN LUOGO PER **STARE INSIEME.**

NUOTO

ACQUA FITNESS

SALA CORSI



PRENOTA I TUOI CORSI
SUL NOSTRO SITO WEB O
SCARICANDO L'APP MOBILE.

