

PALINSESTO

dal 7 Giugno 2026

Prenotazione Obbligatoria

PALINSESTO ACQUA FITNESS (piscina scoperta)

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
				07:15 ACQUA GYM fino al 26 Giugno		
	09:45 ACQUA STEP	09:45 ACQUA BIKE		09:45 ACQUA TREKKING		
	10:45 ACQUA GYM DOLCE	10:45 ACQUA GYM DOLCE	10:45 ACQUA GYM DOLCE	10:45 ACQUA GYM DOLCE	10:45 ACQUA GYM (1 ora)	10:45 ACQUA GYM (1 ora)
13:00 ACQUA GYM	13:00 ACQUA BIKE	13:00 ACQUA GYM	13:00 ACQUA TREKKING	13:00 ACQUA POLE CIRCUIT		
	17:00 ACQUA GYM		17:00 ACQUA GYM	17:15 ACQUA STEP fino al 3 Luglio		
	17:30 GESTANTI					
18:15 ACQUA CIRCUIT BIKE + STEP	18:15 ACQUA GYM	18:15 ACQUA CIRCUIT TREK + STEP	18:15 ACQUA GYM	18:15 ACQUA BIKE		
19:15 ACQUA CIRCUIT BIKE + STEP	19:15 ACQUA GYM	19:15 ACQUA CIRCUIT TREK + STEP	19:15 ACQUA GYM	19:15 ACQUA BIKE		
20:00 ACQUA YOGA (1 ora)						

PALINSESTO TERRA FITNESS (sala GOLD)

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
13:00 PUMP fino al 29 Giugno	13:00 PILATES fino al 14 Luglio	13:00 CORE STABILITY fino al 24 Giugno	13:00 PILATES fino al 16 Luglio		12:20 PUMP fino al 27 Giugno
17:15 PUMP fino al 29 Giugno					
18:30 PILATES	18:30 POSTURAL	18:20 TOTAL BODY	18:30 STEP COREOGRAFICO	18:30 PILATES	18:30 PILATES fino al 01 Agosto
19:30 PILATES	19:30 SUPREME GLUTE	19:30 PUMP	19:30 GAG		

PALINSESTO TERRA FITNESS (sala ELITE)

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
18:30 FIT BOXE		18:30 GROUP CYCLING	18:15 PILATES
19:30 GROUP CYCLING	19:00 WALKING fino al 4 Agosto	19:30 FIT BOXE	19:15 WALKING fino al 6 Agosto

GUARDA I
GIORNI E
GLI ORARI
DELLE
LEZIONI
sempre
aggiornati
sul sito

