

DA NOVEMBRE A DICEMBRE 2025

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MATTINA				
	09:00 > 09:45 AcquaGYM acqua alta-Chiara V.		8:45 > 09:30 AcquaGYM acqua alta-Elisa T.	09:00 > 09:45 AcquaGYM acqua alta-Betty
09:30 > 10:15 AcquaPOSTURAL acqua media-Antonella T.	09:50 > 10:35 AcquaFITNESS acqua media-Chiara V.	09:30 > 10:15 AcquaPOSTURAL acqua media-Antonella T.	09:30 > 10:15 AcquaFITNESS acqua media-Elisa T.	09:50 > 10:35 AcquaMIX bike+alta-Betty
10:20 > 11:05 AcquaGO = Andature acqua alta-Antonella T.	10.40-11.25 BIKE acqua alta-Chiara V.	10:20 > 11:05 AcquaGO = Andature acqua alta-Antonella T.	10:20 > 11:05 BIKE acqua alta-Elisa T.	
11:15> 12:00 BIKE acqua alta-Elisa T.				
PAUSA PRANZO				
13:00 > 13:45 BIKE acqua alta-Elisa T.	13:00 > 13:45 AcquaFITNESS acqua media-Betty	13:00 > 13:45 AcquaMIX bike+alta-Elisa T.	13:00 > 13:45 AcquaMIX bike+alta-Betty	13:00 > 13:45 AcquaFITNESS acqua media-Betty
13:50 > 14:35 AcquaFITNESS acqua media-Elisa T.		13:50 > 14:35 BIKE acqua alta-Elisa T.		
SERA				
18:15 > 19:00 BIKE acqua alta-Patrizia C.	18:15 > 19:00 AcquaFITNESS acqua media-Betty	18:15 > 19:00 AcquaGYM acqua alta-Cristina P.	18:15 > 19:00 AcquaFITNESS acqua media-Betty	18:15 > 19:00 BIKE acqua alta-Betrice O.
19:00 > 19:45 AcquaFITNESS acqua media-Patrizia C.	19:00 > 19:45 AcquaMIX bike+alta-Betty	19:00 > 19:45 BIKE acqua alta-Cristina P.	19:00 > 19:45 AcquaMIX bike+alta-Betty	19:00 > 19:45 AcquaFITNESS acqua media-Beatrice O.
19:55 > 20:40 BIKE bike+alta-Patrizia C.		19:55 > 20:40 AcquaFITNESS acqua media-Cristina P.		

PRENOTAZIONE E DISDETTA TRAMITE APP

I CORSI PARTIRANNO CON UN MINIMO DI 3 PERSONE; CORSI E ATTIVITÀ POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI.

DA NOVEMBRE A DICEMBRE 2025

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
MATTINA					
	07:30 > 08:20 SOFT YOGA Maria Celeste P. (marziali)		07:30 > 08:20 SOFT YOGA Maria Celeste P. (marziali)	07:15 > 08:05 PILATES Erika M. (marziali)	09:30 > 10:20 P & MORE Betty (specchi)
08:15 > 09:05 POSTURAL P. Maria Celeste P. (marziali)		08:15 > 09:05 POSTURAL P. Maria Celeste P. (marziali)		08:15 > 09:05 POSTURAL P. Erika M. (marziali)	10:30 > 11:20 STRONG Betty (specchi)
	09:00 > 09:50 CIRCUITO SALA GYM Alessandro (sala attrezzi)				
PAUSA PRANZO					
13:00 > 13:50 PILATES Maria Celeste P. (specchi)	13:15 > 14:05 CIRCUITO SALA GYM Alessandro (sala attrezzi)	13:00 > 13:50 PILATES Maria Celeste P. (specchi)	13:00 > 13:50 YOGA VINYASA Maria Celeste P. (specchi)	13:15 > 14:05 CIRCUITO SALA GYM Veronica (sala attrezzi)	
POMERIGGIO/SERA					
17:00 > 17:50 STEP TONE Betty (specchi)		17:00 > 17:50 PILATES & MORE Betty (specchi)	17:00 > 17:50 TABATA Betty (specchi)		
18:00>18:50 P & M Betty (specchi)	18:30>19:20 PILATES Elena (marziali)	18:30-19:20 YOGA VINYASA Alice (specchi)	18:00 > 18:50 STRONG Betty (specchi)	18:30 > 19:20 PILATES Elena V. (specchi)	18:15 > 19:10 TABATA Betty (specchi)
19:00>19:50 TABATA Betty (specchi)	19:30>20:20 POSTURAL P. Elena (gialla)		19:00 > 19:50 TATBATA Betty (specchi)	19:30 > 20:20 YOGA VINYASA Alice (specchi)	19:15 > 20:10 STEP TONE Betty (specchi)

PRENOTAZIONE E DISDETTA TRAMITE APP

I CORSI PARTIRANNO CON UN MINIMO DI 3 PERSONE; CORSI E ATTIVITÀ POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI.