

PLANNINGestate^{25/26}

AGOSTO



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
mattina				
	09:00 > 09:45 AcquaGYM acqua alta		09:00 > 09:45 AcquaGYM acqua alta	
09:30 > 10:15 AcquaPOSTURAL acqua media	09:50 > 10:35 AcquaFITNESS acqua media	09:30 > 10:15 AcquaPOSTURAL acqua media	09:50 > 10:35 AcquaFITNESS acqua media	
10:20 > 11:05 AcquaGO = Andature acqua alta	10:40-11:25 BIKE acqua alta	10:20 > 11:05 AcquaGO = Andature acqua alta	10:40-11:25 BIKE acqua alta	
pausa pranzo				
13:00 > 13:45 BIKE acqua alta		13:00 > 13:45 AcquaMIX bike+alta		
13:50 > 14:35 AcquaFITNESS acqua media		13:50 > 14:35 BIKE acqua alta		
sera				
18:15 > 19:00 BIKE acqua alta	18:15 > 19:00 AcquaFITNESS acqua media	18:15 > 19:00 AcquaGYM acqua alta	18:15 > 19:00 AcquaFITNESS acqua media	18:15 > 19:00 BIKE acqua alta
19:00 > 19:45 AcquaFITNESS acqua media	19:00 > 19:45 BIKE acqua alta	19:00 > 19:45 AcquaFITNESS acqua media	19:00 > 19:45 BIKE acqua alta	19:00 > 19:45 AcquaFITNESS acqua media
19:55 > 20:40 AcquaGYM acqua alta		19:55 > 20:40 BIKE acqua alta		

PRENOTAZIONE
E DISDETTA
TRAMITE APP.

I CORSI
PARTIRANNO
CON UN MINIMO
DI 3 PERSONE.

CORSI E
ISTRUTTORI
POTREBBERO
SUBIRE
VARIAZIONI.

TUTTI I CORSI
FITNESS SI
SVOLGERANNO
IN SALA
GIALLA.

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
mattina				
07:30 > 08:20 SOFT YOGA (sala gialla)		07:30 > 08:20 SOFT YOGA (sala gialla)		07:30 > 08:20 PILATES (sala gialla)
08:30 > 09:20 POSTURAL P. (sala gialla)		08:30 > 09:20 POSTURAL P. (sala gialla)		08:30 > 09:20 POSTURAL P. (sala gialla)
	09:15 FITNESS IN GRAVIDANZA (sala gialla)			09:20 FITNESS IN GRAVIDANZA (sala gialla)
	11:00 MAMMA & BIMBO (sala gialla)			
pausa pranzo				
13:15 > 14:05 CIRCUITO SALA GYM (sala attrezzi)	13:00 > 13:50 PILATES (sala gialla)	13:15 > 14:05 CIRCUITO SALA GYM (sala attrezzi)	13:00 > 13:50 PILATES (sala gialla)	
pomeriggio - sera				
18:30 > 19:20 PILATES (sala gialla)	18:00-18:50 TONE UP (gialla)	18:15 FIT GRAVI- DANZA (tatami)	18:30 > 19:20 PILATES (sala gialla)	
	19:00 > 19:50 CORE & MOBILITY (gialla)			

DAL 10 AL 16 L'IMPIANTO RESTERÀ CHIUSO, TUTTE LE LEZIONI SONO SOSPESSE