



## SALA 1

### LUNEDÌ

**SALA 1**

**PILATES**  
9.30 - 10.15

**ZUMBA**  
18.00 - 18.50

**CROSS HIIT**  
19.00 - 19.45

### MARTEDÌ

**SALA 1**

**TOTAL BODY**  
9.30 - 10.15

**POSTURALE**  
10.30 - 11.15

**STEP&TONE**  
17.20 - 18.05

### MERCOLEDÌ

**SALA 1**

**SMOVEY**  
9.45 - 10.30

**GAG**  
17.45 - 18.30

### GIOVEDÌ

**SALA 1**

**POSTURALE**  
9.30 - 10.15

**FUNCTIONAL CIRCUIT**  
12.45 - 13.30

**CROSS HIIT**  
18.00 - 18.45

### VENERDÌ

**SALA 1**

**PILATES**  
9.30 - 10.15

**TOTAL BODY**  
12.45 - 13.30

**POWER PILATES**  
17.00 - 17.45

### SABATO

**SALA 1**

\* Attività riservate ad abbonamenti platinum

**CHIARA**

**MICHELA**

**MAX**

**DANIELA**

**BARBARA**

**ALESSIA E.**

**ALESSIA S.**



## PISCINA

### LUNEDÌ

PISCINA GRANDE  
ACQUAGYM SOFT  
10.30 - 11.15

PISCINA PICCOLA  
ACQUABIKE  
19.00 - 19.45

### MARTEDÌ

PISCINA GRANDE  
ACQUA CIRCUIT  
18.0 - 19.5

### MERCOLEDÌ

PISCINA GRANDE  
ACQUAGYM SOFT  
10.45 - 11.30

PISCINA PICCOLA  
ACQUABIKE  
12.45 - 13.30

ACQUABIKE  
17.30 - 18.15

### GIOVEDÌ

PISCINA GRANDE  
ACQUAGYM  
18.15 - 19.00

### VENERDÌ

PISCINA GRANDE  
ACQUAGYM SOFT  
10.30 - 11.15

\* Attività riservate ad abbonamenti platinum

BARBARA

DANIELA

FABIO

ALESSIA S.



## SALA INDOOR CYCLING

### LUNEDÌ

**INDOOR CYCLING**

**INDOOR CYCLING**

12.45 - 13.35

**INDOOR CYCLING**

**INDOOR CYCLING**

18.00 - 18.50

### MERCOLEDÌ

**INDOOR CYCLING**

**INDOOR CYCLING**

18.30 - 19.20

### GIOVEDÌ

**INDOOR CYCLING**

**INDOOR CYCLING**

18.00 - 18.50

### SABATO

**PISCINA GRANDE**

**INDOOR CYCLING**

10.00 - 10.50

\* Attività riservate ad abbonamenti platinum

**FABIO**

**ALESSIA S.**

**ALESSIA E.**