

FITNESS

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
09:00	GINN DOLCE Antonella		GINN. DOLCE Antonella		GINN. DOLCE Antonella		
10:30							Special Class Fit Dance*
11:00	G.A.G. Francesca		TOTAL BODY Francesca		PUMP Francesca		
13:30	CROSSOUT FUNCTIONAL TRAINING Massimiliano		CROSSOUT FUNCTIONAL TRAINING Massimiliano		CROSSOUT FUNCTIONAL TRAINING Massimiliano		
16:30						Special Class Zumba*	
19:00	AEROBICA Laura	FUNCTIONAL TRAINING Marco	G.A.G. Laura	FUNCTIONAL TRAINING Marco	BODY PUMP Laura		
20:00	PILATES Lorenzo	FUNCTIONAL Antonella	PILATES Terence	FUNCTIONAL Antonella			

INDOOR CYCLING

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
13:30							
19:00	SPINNING Maurizio						
19:30				SPINNING Renata			

* Lezione non inclusa nell'abbonamento

LE LEZIONI SI SVOLGONO CON UN NUMERO MINIMO DI 5 PERSONE

LA PROGRAMMAZIONE PUO' SUBIRE VARIAZIONI A SECONDA DELLE ESIGENZE

ASSISTENZA SALA ISOTONICA
 ESTETICA
 MEDICO E NUTRIZIONISTA IN SEDE
 PARCHEGGIO MOTOCICLI GRATUITO
 SERVIZIO ASCIUGAMANI
 SERVIZIO DI PERSONAL TRAINING
 SOLARIUM

SIAMO APERTI TUTTO L'ANNO TRANNE POCHI FESTIVI!!!

LUN-VEN 8:00-22:30 SABATO 9:00-18:00
 DOMENICA 10:00 13:00 (da Ottobre a tutto Giugno)