

PALINSESTO CORSI FITNESS #MÖVEMENT[®] Week

LUNEDÌ

10:15-11:00
Acquagym

10:15-11:15
GAG + Core

12:45-13:30
Acquabike

12:45-13:30
Elastic Fit **New**

18:45-19:45
Power Pump

19:45-20:30
Fit Boxe

20:00-20:45
Acquagym

MARTEDÌ

09:30-10:30
Yoga

12:45-13:30
Acqua Circuit

18:30-19:30
Spinning

19:45-20:30
Pilates

20:00-20:45
Acquajump

20:30-21:15
Zumba

MERCOLEDÌ

09:00-09:45
Soft Fitball

09:45-10:30
Pilates

12:45-13:30
Fitball

19:30-20:15
Elastic Fit **New**

GIOVEDÌ

08:30-09:15
Acqua Antalgica

09:00-09:45
Gym Dolce

19:15-20:00
Acquakick

20:00-20:45
Acquagym

VENERDÌ

12:45-13:30
Fat Burn

19:15-20:00
Acquabike



Ricorda:

- è obbligatoria la prenotazione
- per poter partecipare alle attività è necessario essere in possesso del Green Pass





SALA FITNESS - SPECIAL #MÖ·VEMENT[®] Week

Lunedì

09:00-12:00

Special
Dimagrimento

Martedì

12:00-14:00
18:00-21:00

Special
#fitnessbody

Mercoledì

09:00-12:00
18:00-21:00

Special
Primo
allenamento

Giovedì

12:00-14:00
18:00-21:00

Special
Dimagrimento

Venerdì

09:00-12:00

Special
#fitnessbody

Ricorda:

- è obbligatoria la prenotazione
- per poter partecipare alle attività è necessario essere in possesso del Green Pass

WELLNESS & MORE



IN COLLABORAZIONE CON
IN LAB RIABILITAZIONE

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENEDÌ

18:30-20:30
Adipometria*

*presso il centro
benessere,
durata 30'

18:30-20:30
Adipometria*

*presso il centro
benessere,
durata 30'

10:00-12:00
Adipometria*

*presso il centro
benessere,
durata 30'

CONSULENZA GRATUITA CON GLI SPECIALISTI IN LAB RIABILITAZIONE

Fisioterapista
Nutrizionista
Osteopata

Prenota la consulenza che più ti interessa, verrai
contattato dallo specialista per fissare il tuo
appuntamento.

