#M·Ö·VEMENT®

PROGRAMMA

Dal 17 al 25 Ottobre 2026

LEZIONI GRATUITE FITNESS E ACQUAFITNESS

- possibilità di provare le lezioni di fitness acqua e terra disponibili e previste da programmazione
- possibilità di prenotare check gratuiti con fisioterapista e nutrizionista

PILATES REFORMER

- Scopri Pilates Reformer.

La forza che allunga, il movimento che trasforma.

COSTO SPECIALE € 15.00

Lunedì 19 Ottobre

HIDRA TEAM

- Dalle 20.00 alle 21.00

Acquafitness a Squadre:
Unisci la forza dell'acqua allo spirito di squadra. Grandi sfide, musica travolgente e un obiettivo comune: muoversi, divertirsi e vincere insieme!

Venerdì 23 Ottobre

LEZIONE DI YOGA

- Dalle 7.15 alle 8.00
- Dalle 18.00 alle 19.00

Lezioni di yoga con
l' accompagnamento delle CAMPANE DI CRISTALLO.
Un viaggio sensoriale tra movimento e armonia interiore

ACQUA LINFO THERAPY

- Dalle 10.00 alle 10.40

Domenica 25 Ottobre

FIT WALKING

- Dalle 9.30 alle 11.30
  Programma Sportivo e Programma Linfatico
  Attività adatta a tutti

Rinfresco finale.
In caso di maltempo l'evento sarà annullato

LIO Lipedema Italia

EVENTO SPECIALE

Non hai mai frequentato le nostre attività? Prenota la tua lezione prova!

Tutte le attività sono GRATUITE, la partecipazione è garantita previa prenotazione.

Possibilità di prenotare Check GRATUITO fisioterapico, posturale e nutrizionale contattando o scrivendo al numero cell. 3336135574

Evento organizzato in collaborazione con

in SPORT® allenati a star bene

In Sport Srl SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

in LAB