



Planning corsi



CORSI ACQUA



CORSI TERRA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
8:30 - 9:15 AQUASOFT con Sara		8:30 - 9:15 AQUASOFT con Sara	9:00 - 9:45 GESTANTI con Sara			
9:15 - 10:00 GESTANTI con Sara			9:45 - 10:30 HYDROBIKE* con Sara			
10:00 - 11:00 POSTURALE** con Stefania	11:15 - 12:00 AQUAFIT con Chiara		10:00 - 11:00 POSTURALE** con Stefania			11:15 - 12:00 AQUAFIT con Stefania
13:30 - 14:15 HYDROSPINNING* con Stefania	13:30 - 14:15 AQUAMIX con Chiara		11:15 - 12:00 AQUAFIT con Chiara		13:00 - 14:00 AQUAFIT PLUS con Giorgia	
18:00 - 19:00 POSTURALE** con Federico	18:30 - 19:15 CIRCUIT TRAINING con Giorgia	18:30 - 19:15 PILATES con Stefania	13:30 - 14:15 AQUAMIX con Stefania	18:30 - 19:15 YOGA con Chiara		
18:00 - 18:45 AQUAGYM con Sara	19:00 - 19:45 AQUACOMBAT con Rosatea	18:45 - 19:30 AQUAFIT con Giorgia	18:00 - 18:45 AQUAGYM con Sara	19:00 - 19:45 HYDROSPINNING* con Rossana		
18:45 - 19:30 AQUAGAG con Sara	19:20 - 20:05 TOTAL BODY con Giorgia	19:20 - 20:05 TOTAL BODY con Stefania	18:30 - 19:30 POSTURALE** con Federico	19:20 - 20:05 BODY TONE con Chiara		
19:00 - 20:00 POSTURALE** con Andrea	19:45 - 20:30 HYDRO & TONE* con Rosatea	19:30 - 20:15 HYDROBIKE* con Giorgia	18:45 - 19:30 AQUAGAG con Sara	19:45 - 20:30 AQUAGYM con Rossana		
19:30 - 20:15 HYDRO & TONE* con Stefania		20:10 - 20:55 TABATA con Stefania	19:30 - 20:30 POSTURALE** con Andrea	20:10 - 20:55 PILATES con Chiara		
20:15 - 21:00 AQUAFIT con Stefania		20:15 - 21:00 AQUACOMBAT con Giorgia	19:30 - 20:15 AQUACIRCUIT con Stefania			
		21:00 - 21:45 HYDROSPINNING* con Stefania	20:15 - 21:00 HYDRO & TONE* con Stefania			

*prenotazione richiesta

** non incluso negli abbonamenti
OPEN - PLATINUM - FREESTYLE TERRA

Scegli il livello di intensità:

