

FITNESS CLASS 2026-2027

PERCORSI

BENESSERE E POSTURA

OLISTICO

TONO E FORZA

FISIOPOSTURAL

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00	PILATES	FISIOPOSTURAL*	PILATES	FISIOPOSTURAL*	PILATES	
10:00						
12:00						YOGA RESET (DA OTTOBRE)
13:00						
14:00	BODY SCULPT		BODY SCULPT			
14:50						
18:30	MOWELL	POSTURALE	MOWELL	POSTURALE		
19:30						
19:00	PILATES SCULPT		PILATES SCULPT			
19:50						
20:00	YOGA FLOW	PILATES		PILATES		
21:00						
19:45		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		
20:35						
20:00	POWER PUMP				POWER PUMP	
20:50						

*Il corso è soggetto ad un abbonamento specifico

ORARI APERTURA CENTRO

LUN-MER-VEN 7:00/22:00
MAR-GIO 8:30/22:00
SAB 8:30/19:00

Tutte le attività richiedono una presenza di min 4 PERSONE con PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA.

Gli orari indicati potrebbero subire variazioni a discrezione della direzione.

GIALMICA