FITNESS CLASS 2026-2027

	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						
17:45	MOWELL					
18:45						
18:30		POSTURALE	MOWELL	POSTURALE		
19:30						
19:00	PILATES SCULPT					
19:50						
19:30			PILATES SCULPT			
20:20						
20:00	YOGA FLOW	PILATES		PILATES		
21:00						
19:45		FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		
20:35						
20:00	POWER PUMP				POWER PUMP	
20:50						

PERCORSI

- BENESSERE E POSTURA
- OLISTICO
- TONO E FORZA
- FISIOPOSTURAL

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.

*Il corso è soggetto ad un abbonamento specifico

GIALMICA OMNIA