

STAGIONE SPORTIVA 2026/27

ORARIO *Corsi* PROVVISORIO

ORARIO SOGGETTO A MODIFICHE FINO AL 5 OTTOBRE 2026

TONICO CONSAPEVOLE ENERGICO AEROBICO ACQUA DURATA INTENSITÀ POSTI

LUNEDÌ

Accendi la tua energia

08:30 50'
**VITALITY
MOVE** 15

13:15 45'
**FUNCTIONAL
TRAINING** 14

15:30 50'
**HATHA
YOGA** 14

16:30 45'
ACQUATONE 20

17:30 50'
FIT DANCE 15

18:30 50'
**FUNCTIONAL
TRAINING** 15

19:30 50'
**PILATES
MAT** 15

MARTEDÌ

Allenati con uno scopo

08:30 45'
ACQUAGYM 20

15:30 45'
ACQUAGYM 20

16:30 50'
**POSTURAL
TRAINING** 15

17:30 50'
**BRUCIA
GRASSI** 15

18:30 50'
**REBOUND
DA OTTOBRE** 15

19:30 45'
ACQUAGYM 20

MERCOLEDÌ

Concentrati su di te

08:30 50'
**PILATES
MAT** 15

13:15 50'
**HIIT
PUMP** 14

15:30 50'
**HATHA
YOGA** 14

16:30 45'
ACQUAGYM 20

17:30 50'
GAG 15

18:30 50'
**FUNCTIONAL
TRAINING** 15

19:30 50'
**PILATES
MAT** 15

GIOVEDÌ

Più forte ogni giorno

08:30 45'
ACQUATONE 20

15:30 45'
ACQUATONE 20

16:30 50'
**POSTURAL
TRAINING** 15

17:30 50'
**BRUCIA
GRASSI** 15

18:30 50'
**TOTAL
BODY** 15

19:30 45'
ACQUAGYM 20

VENERDÌ

Condividi il tuo equilibrio

08:30 45'
ACQUAGYM 20

13:15 45'
**FUNCTIONAL
TRAINING** 14

15:30 45'
ACQUAGYM 20

17:30 50'
PILATES 15

18:30 45'
ACQUAGYM 20



NICEFIT
younique