

ORARI DI APERTURA: Lunedì 07:00 – 22:00 - Martedì 09:00 – 22:00
Mercoledì 07:00 – 22:00 - Giovedì 09:00 – 22:00 - Venerdì 07:00 – 22:00
Sabato 09:00 – 19:00 - Domenica 09:00 – 14:00

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00 – 10:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING					
10:00 – 11:00 GINNASTICA CON METODO PILATES					
11:00 – 12:00 GINNASTICA POSTURALE	11:00 – 12:00 AFA LOMBALGIA	11:00 – 12:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING	11:00 – 12:00 GINNASTICA POSTURALE	11:00 – 12:00 AFA LOMBALGIA	11:00 - 12:00 GINNASTICA CON METODO PILATES
14:00 - 15:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING	12:00 - 13:00 AFA LOMBALGIA		14:00 - 15:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING	12:00 - 13:00 AFA LOMBALGIA	
15:00 - 16:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING			15:00 - 16:00 GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING	15:00 - 16:00 STRETCHING	
16:00 – 17:00 ESTETICA DOLCE		16:00 – 17:00 YOGILATES	16:00 – 17:00 GINNASTICA ESTETICA DOLCE	16:00 - 17:00 POSTURAL PILATES	
17:00 – 18:00 YOGILATES	18:00 - 19:00 GINNASTICA POSTURALE	17:00 - 18:00 GINNASTICA CON METODO PILATES	18:00 – 19:00 GINNASTICA CON METODO PILATES PROPS	18:30 - 19:30 TRAINING BOXE	
19:00 - 20:00 GINNASTICA CON METODO PILATES	19:00 - 19:50 TRAINING BOXE	19:00 - 20:00 GINNASTICA CON METODO PILATES	19:00 - 20:00 TOTAL BODY	19:30 - 20:30 GINNASTICA POSTURALE	
20:00 - 20:50 TOTAL BODY	20:00 - 20:50 ZUMBA FITNESS		20:00 - 20:50 ZUMBA FITNESS		
20:50 - 21:40 FUNCTIONAL TRAINING	20:50 - 21:40 STRONG NATION		20:50 - 21:40 FUNCTIONAL TRAINING		

CORSI OLISTICI NON COMPRESI NELL'ABBONAMENTO DELLA SALA CARDIOFITNESS (POSSIBILITÀ DI FREQUENTARE IN MODALITÀ INTERATTIVA

- Sconto del 50% sui prezzi relativi alla sala cardiofitness sopra indicati per coloro che sono iscritti a un'attività olistica con frequenza monosettimanale in abbonamento bimestrale.
- Sconto del 75% sulla sala cardiofitness per coloro che rinnovano un corso con frequenza bisettimanale in abbonamento bimestrale.