ORARIO CORSI FITNESS

Settimana dal 3/08/26 al 9/08/26

PLANET 1	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI	VENERDI'
10:00 11:00	Ginnastica per tutti BRUCIAGRASSI & TONE		Ginnastica per tutti STRETCH & TONE		
14:30 15:30	14:30/15:30 Ginnastica per tutti Metodo PILATES			14:30/15:30 Ginnastica per tutti Metodo PILATES	
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI Planet 2				
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica ENERGY TONE		Ginnastica Aerobica POWER PUMP		Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI
19:00 20:00	BOXE Up F!T BOXE	18:50/19:50 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3	BOXE Up F!T BOXE	19:00/20:00 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3	

	LUNEDI'	MERCOLEDI'	VENERDI'	SABATO
18:30 19:30	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP		Ginnastica SPARTAN TRAINING ITINERANTE

Settimana dal 17/08/26 al 23/08/26

PLANET 1	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI	VENERDI'
10:00 11:00				Ginnastica per tutti BENESSERE POSTURALE	
15:00 16:00		Ginnastica per tutti BENESSERE POSTURALE			
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI		Ginnastica Aerobica POWER PUMP		Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI
		18:50/19:50 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3		19:00/20:00 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3	

	LUNEDI'	MERCOLEDI'	VENERDI'	SABATO
18:30 19:30	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP		Ginnastica SPARTAN TRAINING ITINERANTE

Nel mese di Agosto verranno sospese solo queste lezioni di ACQUAGYM:
LUNEDI' 17/08/26 ORE 9:00
MERCOLEDI' 19/07/26 ORE 9:00

Settimana dal 24/08/26 al 30/08/26

PLANET 1	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI	VENERDI'
10:00 11:00				Ginnastica per tutti BENESSERE POSTURALE	
15:00 16:00		Ginnastica per tutti BENESSERE POSTURALE			
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI Planet 2				
18:00 19:00	Ginnastica Aerobica ENERGY TONE		Ginnastica Aerobica POWER PUMP		Ginnastica Aerobica GAG PUMP BIKINI
		18:50/19:50 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3	FITBOXE	19:00/20:00 SPINBIKE Indoor Cycling Planet 3	

	LUNEDI'	MERCOLEDI'	VENERDI'	SABATO
18:30 19:30	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP	Ginnastica SPARTAN TRAINING OUTDOOR CAMP		Ginnastica SPARTAN TRAINING ITINERANTE

GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

Le lezioni si svolgono con un MINIMO di 4 PERSONE

PRENOTAZIONE e CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORI

La direzione di riserva eventuali modifiche