#MÖVEMENT® Week

Planning 20 - 26 SETTEMBRE 2021

SPORT ACTIVE

Lunedì

- in YOGA 09:00-09:50
- in G.A.G. 09:55-10:45
- in YOGA 12:45-13:35
- in PILATES 18:10-19:00
- in TRIFORM 19:40-20:10

Martedì

- in PILATES 09:55-10:45
- in PILATES 12:45-13:35
- in YOGA 18:40-19:30
- in BODY PUMP 19:35-20:25
- in SPINNING 19:45-20:35
- in PILATES 20:30-21:20

Mercoledì

- in TRIFORM 12:50-13:20
- in STRETCHING 18:10-19:00
- in PILATES 19:10-20:00
- in SPINNING 19:20-20:10
- in TRIFORM 20:20-20:50

Giovedì

- in TOTAL BODY 09:55-10:45
- in SPINNING 12:45-13:35
- in ABDOMINAL 18:25-18:55
- in YOGA 19:10-20:00
- in ZUMBA 19:10-20:00
- in TRIFORM 19:00-19:30
- in FIT-BOXE 20:15-21:05

Venerdì

- in PILATES 09:00-09:50
- in BRUCIA GRASSI 09:55-10:45
- in PILATES 12:45-13:35
- in TRIFORM 12:50-13:20
- in G.A.G. 18:45-19:35
- in SPINNING 19:45-20:35

Sabato

- in PILATES Flow 09:50-10:40
- in SPINNING 11:00-11:50

Domenica

- in TRIFORM 11:10-11:40

note:

PRENOTA LA TUA ATTIVITÀ DIRETTAMENTE IN RECEPTION, CHIAMANDO LO 03621707199 OPPURE INVIANDO UNA E-MAIL A GIUSSANO@SPORTACTIVE.IT

NELLA E-MAIL DOVRÀ ESSERE INDICATO: COGNOME + NOME + NUMERO TEL. + ATTIVITÀ SCELTE

#MÖVEMENT® Week

Planning 20 - 26 SETTEMBRE 2021

SPORT ACTIVE

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
in ACQUAGYM 09:00-09:45		in ACQUAGYM 08:10-08:55	in ACQUAGYM 08:45-09:30	in ACQUAGYM 09:00-09:45	
	in ACQUAGYM 09:50-10:35			in ACQUAGYM 09:50-10:35	
in ACQUAGYM 12:45 - 13:30	in ACQUAGYM 13:00 - 13:45	in ACQUAGYM 12:45-13:30	in ACQUAGYM 13:00 - 13:45	in ACQUAGYM 12:45 - 13:30	in ACQUAGYM 12:00-12:45
in ACQUAGYM 19:00-19:45			in ACQUAGYM 19:00-19:45		**Domenica**
in ACQUAGYM 19:50-20:35	in ACQUAGYM 19:15-20:00	in ACQUAGYM 19:15-20:00		in ACQUAGYM 19:15-20:00	in ACQUAGYM 09:45-10:30
	in ACQUA Bike 20:05-20:50	in ACQUA JUMP 20:05-20:50	in ACQUA Bike 19:50-20:35		

Note:

PRENOTA LA TUA ATTIVITÀ DIRETTAMENTE IN RECEPTION, CHIAMANDO LO 03621707199 OPPURE INVIANDO UNA E-MAIL A GIUSSANO@SPORTACTIVE.IT

NELLA E-MAIL DOVRÀ ESSERE INDICATO: COGNOME + NOME + NUMERO TEL. + ATTIVITÀ SCELTE

SALA FITNESS #MOVEMENT® week

20 - 26 SETTEMBRE 2021

Lunedì
06:00 - 10:00
12:00 - 14:00
18:00 - 20:00

Martedì
12:00 -1 4:00
18:00 - 20:00

Mercoledì
06:00 - 10:00
18:00 - 20:00

Giovedì
12:00 - 14:00
18:00 - 20:00

Venerdì
06:00 - 10:00
18:00 - 20:00

Sabato
09:00 - 11:00
15:00 - 17:00

Domenica
09:00 - 11:00

PRENOTA LA TUA ATTIVITÀ DIRETTAMENTE IN RECEPTION, CHIAMANDO LO 03621707199 OPPURE INVIANDO UNA E-MAIL A GIUSSANO@SPORTACTIVE.IT

NELLA E-MAIL DOVRÀ ESSERE INDICATO: COGNOME + NOME + NUMERO TEL. + ATTIVITÀ SCELTE