

FITNESS TERRA 2021 / 2022



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
19:00-19:30
19:40-20:10

in PILATES
19:10-20:00

in ZUMBA
19:00-19:50

in SPINNING
20:15-21:05

Martedì

in PILATES
09:00-09:50

in PILATES
09:55-10:45

in PILATES
12:45-13:35

in TRIFORM
12:50-13:20

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
19:40-20:10
20:20-20:50

Giovedì

in YOGA
09:00-09:50

in TOTAL BODY
09:55-10:45

in YOGA
12:45-13:35

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
19:40-20:10

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 YOGA Approfondita
18:40-19:30

in G.A.G.
18:45-19:35

in SPINNING
19:45-20:35

in PILATES
19:45-20:35

Sabato

in PILATES Flow
09:50-10:40

in SPINNING
11:00-11:50

Domenica

in TRIFORM
10:30-11:00
11:10-11:40

SPORT ACTIVE

Consigliato a chi si vuole bene!

note: PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS TERRA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO LA APPLICAZIONE WELTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB . GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONIBILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.

**PALINSESTO VERSIONE 2.0
VALIDO DAL 11/04/2022**



FITNESS ACQUA 2021 / 2022



Lunedì

in ACQUAGYM
08:10-08:55

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45 - 13:30

in ACQUAGYM
19:00-19:45

in ACQUAGYM
19:50-20:35

Martedì

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
09:50-10:35

in ACQUAGYM
13:00 - 13:45

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA *Bike*
20:05-20:50

Mercoledì

in ACQUAGYM
08:10-08:55

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA **JUMP**
20:05-20:50

Giovedì

in ACQUAGYM
08:45-09:30

in ACQUAGYM
13:00 - 13:45

in ACQUAGYM
19:00-19:45

in ACQUA *Bike*
19:50-20:35

Venerdì

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
09:50-10:35

in ACQUAGYM
12:45 - 13:30

in ACQUAGYM
19:15-20:00

Sabato

in ACQUAGYM
12:00-12:45

Domenica

in ACQUAGYM
09:45-10:30



Note: PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS ACQUA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO LA APPLICAZIONE WELLTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB . GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONIBILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.



PALINSESTO VERSIONE 1.0
VALIDO DAL 30/08/2021