

Scuola Nuoto Estate 2022

DAL 13/06/22 AL 31/07/22

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

BABY 3-4 ANNI

• 18:15-19:00

• 18:15-19:00

RAGAZZI 6-13 ANNI

• 18:15-19:00

• 18:00-18:45

• 18:15-19:00

TEENAGERS

• 19:00-19:45

• 19:00-19:45

• 19:00-19:45

• 09:00-09:45
• 09:45-10:30

ADULTI

• 08:45-09:30

• 08:00-08:45
• 08:45-09:30

• 09:00-09:45

• 19:00-19:45
• 19:45-20:30
• 20:30-21:15

• 19:15-20:00
• 19:45-20:30
• 20:00-20:45
• 20:30-21:15

• 19:00-19:45
• 19:45-20:30
• 20:30-21:15

L'equilibrio giusto tra

SPORT &
**movi-
mento**

Iscrizioni aperte
stagione sportiva

2022-2023

FITNESS TERRA GIUGNO 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 TRIFORM
19:40-20:10

Giovedì

in YOGA
09:00-09:50

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
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
10:45-11:15

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 3.0
VALIDO DAL 01/06/2022**

FITNESS ACQUA GIUGNO 2022



Lunedì

in ACQUAGYM
09:00 - 09:45

in ACQUAGYM
12:45 - 13:30

in ACQUAGYM
19:15 - 20:00

in ACQUAGYM
20:05 - 20:50

Martedì

in ACQUAGYM
13:00 - 13:45

in ACQUAGYM
19:15 - 20:00

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

Mercoledì

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
13:00 - 13:45

in ACQUAGYM
19:15 - 20:00

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

Venerdì

in ACQUAGYM
09:00 - 09:45

in ACQUAGYM
12:45 - 13:30

in ACQUAGYM
19:15 - 20:00

Sabato



Domenica



SPORT
ACTIVE

Consigliato a chi si vuole bene!

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 SUDDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.

PALINSESTO VERSIONE 2.0
VALIDO DAL 11/06/2022