FITNESS TERRA 2023-2024

L'equilibrio giusto tra SPORT & movimento

SPORT ACTIVE
Sport Active Srl SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

Lunedì

- in YOGA 08:50 - 09:40
- in BRUCIA GRASSI 09:45 - 10:35
- in YOGA 09:45 - 10:35
- in SPINNING 12:45 - 13:35
- in PILATES 17:20 - 18:10
- in PILATES 18:15 - 19:05
- in TOTAL BODY 18:15 - 19:05
- in PILATES 19:10 - 20:00
- in TOTAL BODY 19:10 - 20:00
- in TRIFORM 40' 19:00 - 19:40 19:40 - 20:20
- in SPINNING 20:15 - 21:05
- in BOXE UP 20:15 - 21:05

Martedì

- in PILATES 09:00 - 09:50
- in SPINNING 09:10 - 10:00
- in PILATES 09:55 - 10:45
- in PILATES 12:45 - 13:35
- in TRIFORM 40' 12:50 - 13:30
- in ABDOMINAL 18:40 - 19:10
- in YOGA 18:45 - 19:35
- in TRIFORM 40' 19:20 - 20:00
- in SPINNING 19:30 - 20:20
- in BODY PUMP 19:40 - 20:30
- in PILATES 20:35 - 21:25

Mercoledì

- in YOGA 09:10 - 10:00
- in G.A.G. 10:05 - 10:55
- in YOGA 10:05 - 10:55
- in YOGA 12:45 - 13:35
- in TOTAL BODY 12:45 - 13:35
- in BRUCIA GRASSI 18:20 - 19:10
- in STRETCHING 18:20 - 19:10
- in SPINNING 19:30 - 20:20
- in PILATES 19:15 - 20:05
- in PILATES 20:10 - 21:00

Giovedì

- in STRETCHING 09:00 - 09:50
- in TOTAL BODY 09:55 - 10:45
- in SPINNING 12:45 - 13:35
- in YOGA 18:30 - 19:20
- in ABDOMINAL 18:30 - 19:00
- in YOGA 19:25 - 20:15
- in ZUMBA 19:10 - 20:00
- in TRIFORM 40' 19:10 - 19:50 19:50 - 20:30
- in SPINNING 20:30 - 21:20

Venerdì

- in PILATES 08:50 - 09:40
- in PILATES 09:45 - 10:35
- in PILATES 12:45 - 13:35
- in TRIFORM 40' 12:50 - 13:30
- in PILATES 17:50 - 18:40
- in STRETCHING 18:45 - 19:35
- in G.A.G. 18:45 - 19:35
- in SPINNING 19:45 - 20:35
- in PILATES 19:45 - 20:35

Sabato

- in PILATES Base 09:00 - 09:50
- in PILATES Advanced 09:55 - 10:45
- in TOTAL BODY 10:50 - 11:40
- in SPINNING 10:00 - 10:50
- in SPINNING 11:10 - 12:00

Domenica

- in TRIFORM 60' 10:30 - 11:30

PALINSESTO VERSIONE 3.0
VALIDO DAl 22/01/2024

PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS ACQUA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO L'APPLICAZIONE WELLTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB. GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO. PALINSESTO NATALIZIO DEDICATO: DAL 27/12 AL 7/1. PALINSESTO ESTIVO LUGLIO ED AGOSTO DEDICATO. GIORNI FESTIVI CON SOSPENSIONE CORSI FITNESS TERRA: 1/11 - 8/12 - 24-25-26/12 - 31/12 - 1/1 - 6/1 - 31/3 - 1/4 - 25/4 - 1/5 - 2/6.

PRENOTAZIONI DA 7 GIORNI AD 1 ORA PRIMA. CANCELLAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO 1 ORA PRIMA DELL'ORARIO DI INIZIO.

FITNESS ACQUA 2023-2024

L'equilibrio giusto tra SPORT & movimento

SPORT ACTIVE
Sport Active Srl SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
		in ACQUA GYM 08:10 - 08:55			
in ACQUA GYM 09:00 - 09:45		in ACQUA GYM 09:00 - 09:45		in ACQUA GYM 09:00 - 09:45	
in ACQUA GYM 09:50 - 10:35				in ACQUAGYM 09:50 - 10:35	
					in ACQUA GYM 12:00 - 12:45
in ACQUA GYM 12:45 - 13:30		in ACQUA GYM 12:45 - 13:30		in ACQUA GYM 12:45 - 13:30	
	in ACQUA GYM 13:00 - 13:45		in ACQUA GYM 13:00 - 13:45		
					Domenica
					in ACQUA GYM 09:45-10:30
				in ACQUA GYM 18:45 - 19:30	
in ACQUA GYM 19:00 - 19:45			in ACQUA GYM 19:00 - 19:45		
	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00	in ACQUA GYM 19:15 - 20:00		in ACQUA GYM 19:35 - 20:20	
in ACQUA GYM 19:50 - 20:35			in ACQUA Bike 19:50 - 20:35		
	in ACQUA Bike 20:05 - 20:50	in ACQUA JUMP 20:05 - 20:50			

PRENOTAZIONI DA 7 GIORNI AD 1 ORA PRIMA. CANCELLAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO 1 ORA PRIMA DELL'ORARIO DI INIZIO.

note: PER FREQUENTARE TUTTI I CORSI FITNESS ACQUA OCCORRE LA PRENOTAZIONE ANTICIPATA ATTRAVERSO L'APPLICAZIONE WELLTEAM OPPURE L'AREA ISCRITTI DEL SITO WEB. GLI UTENTI SENZA PRENOTAZIONE POTRANNO FREQUENTARE TALI CORSI A CONDIZIONE CHE SIANO RIMASTI POSTI DISPONILI E SOLO PREVIA PRENOTAZIONE IN RECEPTION. I SUDDETTI CORSI/ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO. PALINSESTO NATALIZIO DEDICATO: DAL 27/12 AL 7/1. PALINSESTO ESTIVO LUGLIO ED AGOSTO DEDICATO. GIORNI FESTIVI CON SOSPENSIONE CORSI FITNESS ACQUA: 1/11 - 8/12 - 24-25-26/12 - 31/12 - 1/1 - 6/1 - 31/3 - 1/4 - 25/4 - 1/5 - 2/6.

PALINSESTO VERSIONE 1.0
VALIDO DAI 04/09/2023

SCUOLA NUOTO STAGIONE SPORTIVA 2023-2024

DAL 4/09/2023 AL 7/06/2024

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
CUCCIOLI 3-36 MESI			• 17:00-17:30 • 18:30-19:00			• 09:00-09:30 • 09:30-10:00 • 11:30-12:00 • 15:30-16:00 • 16:00-16:30 • 16:30-17:00	• 09:15-09:45 • 09:45-10:15 • 10:15-10:45 • 10:45-11:15 • 11:15-11:45
BABY 3-5 ANNI	• 16:30-17:15 • 17:15-18:00 • 18:00-18:45	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 16:30-17:15 • 17:15-18:00 • 18:00-18:45	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 09:15-10:00 • 10:00-10:45 • 10:45-11:30 • 11:30-12:15 • 14:45-15:30 • 15:30-16:15 • 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 09:00-09:45 • 09:45-10:30 • 10:30-11:15 • 11:15-12:00 • 12:00-12:45
RAGAZZI 6-12 ANNI	• 16:30-17:15 • 17:15-18:00 • 18:00-18:45	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30 • 18:30-19:15	• 16:30-17:15 • 17:15-18:00 • 18:00-18:45	• 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	• 09:00-09:45 • 09:45-10:30 • 10:30-11:15 • 11:15-12:00 • 14:45-15:30 • 15:30-16:15 • 16:15-17:00 • 17:00-17:45 • 17:45-18:30	
TEENAGERS	• 18:30-19:15	• 17:45-18:30	• 17:45-18:30	• 18:30-19:15	• 17:45-18:30		
ADULTI	• 09:00-09:45 • 09:45-10:30 • 18:45-19:30 • 19:30-20:15 • 20:15-21:00		• 20:45-21:30	• 09:00-09:45 • 09:45-10:30 • 18:45-19:30 • 19:30-20:15 • 20:15-21:00			

NUOTO GUIDATO

Stagione Sportiva 2023 / 2024

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
06:00 - 12:00		06:00 - 12:00		06:00 - 12:00	08:00 - 19:00	08:00 - 18:30
12:00 - 14:30	12:00 - 14:30	12:00 - 14:30	12:00 - 14:30	12:00 - 14:30		
19:15 - 21:30	18:30 - 22:00	18:30 - 21:30	19:15 - 21:30	18:30 - 22:00		

SCIVOLI APERTI DOMENICA
DALLE 14:00 ALLE 18:30

GIORNI FESTIVI DI CHIUSURA CENTRO SPORTIVO: 25 E 31 DICEMBRE - 1 GENNAIO - 31 MARZO E 1 APRILE

GIORNI DI SOSPENSIONE NUOTO GUIDATO ED APERTURA LIDO ESTIVO: 1 E 2 GIUGNO

GIORNI CON ORARI DA DEFINIRE: 1 NOVEMBRE - 8 DICEMBRE - 24 DICEMBRE
DAL 26 AL 31 DICEMBRE - 6 GENNAIO - 25 APRILE - 1 MAGGIO

Tieni gli orari a portata di click

SPORT ACTIVE

ORARI VALIDI DAL 4 SETTEMBRE 2023 AL 7 GIUGNO 2024. SEGUIRA' LA PUBBLICAZIONE DEGLI ORARI ESTIVI DEDICATA A LUGLIO ED AGOSTO.
I SUDDETTI ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.
SI INVITANO I GENTILI UTENTI A PRENDERE VISIONE E AD ATTENERSI A QUANTO STABILITO NEL REGOLAMENTO DEL CENTRO SPORTIVO.

SALA FITNESS

Stagione Sportiva 2023 / 2024

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
06:00 - 22:00	09:00 - 22:00	06:00 - 21:30	09:00 - 22:00	06:00 - 22:00

Sabato	Domenica
09:00 - 18:30	09:00 - 14:00

Tieni gli orari a portata di click

GIORNI FESTIVI DI CHIUSURA CENTRO SPORTIVO:

25 DICEMBRE - 31 DICEMBRE - 1 GENNAIO - 31 MARZO E 1 APRILE

GIORNI CON ORARI DA DEFINIRE:

1 NOVEMBRE - 8 DICEMBRE - 24 DICEMBRE - DAL 26 AL 31 DICEMBRE

6 GENNAIO - 25 APRILE - 1 MAGGIO - 2 GIUGNO - MESI DI LUGLIO ED AGOSTO

SPORT ACTIVE

ORARI VALIDI DAL 4 SETTEMBRE 2023 AL 30 GIUGNO 2024. SEGUIRA' LA PUBBLICAZIONE DEGLI ORARI ESTIVI DEDICATA A LUGLIO ED AGOSTO.
I SUDDETTI ORARI POTREBBERO, DURANTE LA STAGIONE SPORTIVA, SUBIRE VARIAZIONI VOLTE A MIGLIORARE IL SERVIZIO OFFERTO.
SI INVITANO I GENTILI UTENTI A PRENDERE VISIONE E AD ATTENERSI A QUANTO STABILITO NEL REGOLAMENTO DEL CENTRO SPORTIVO.

ORARI CENTRO BENESSERE

LUNEDì	06.00 - 14.30
	16.30 - 21.30
MARTEDì	12.00 - 14.30
	16.30 - 22.00
MERCOLEDì	06.00 - 14.30
	16.30 - 21.30
GIOVEDì	12.00 - 14.30
	16.30 - 21.30
VENERDì	06.00 - 14.30
	16.30 - 22.00
SABATO	08.00 - 19.00
DOMENICA	08.00 - 18.30

SPORT ACTIVE