

FITNESS TERRA & ACQUA

DAL 3 AGOSTO AL 7 AGOSTO ... seguirà 17 - 23 Agosto



Lunedì

in ACQUAGYM
08:10-08:55

in ACQUA GYM
09:00-09:45

in BRUCIAGRASSI
10:00-10:50

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in PILATES
18:15-19:05

in PILATES
19:10-20:00

in TOTAL BODY
18:15-19:05

in TOTAL BODY
19:10-20:00

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUAGYM
20:05-20:50

Martedì

in PILATES
09:00-09:50

in PILATES
09:55-10:45

in ACQUAGYM
13:00-13:45

in PILATES
12:45-13:35

in STRETCHING
18:45-19:35

in SPINNING
19:30-20:20

in BODY PUMP
19:40-20:30

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Mercoledì

in ACQUAGYM
08:10-08:55

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in TOTAL BODY
10:00-10:50

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in TRIFORM
12:45-13:30

in BRUCIA GRASSI
18:20-19:10

in PILATES
18:15-19:05

in PILATES
19:10-20:00

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Giovedì

in STRETCHING
09:00-09:50

in STRETCHING
09:55-10:45

in ACQUAGYM
13:00-13:45

in TOTAL BODY
12:45-13:35

in ABDOMINAL
18:30-19:00

in TRIFORM
19:15-20:00

in SPINNING
20:00-20:50

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Venerdì

in ACQUAGYM
08:10-08:55

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in G.A.G.
18:20-19:10

in STRETCHING
18:45-19:35

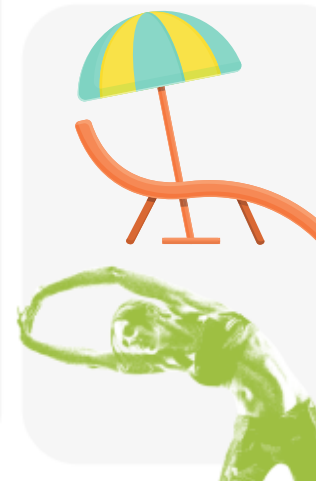
in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Sabato



Domenica



**SPORT
ACTIVE**

Consigliato a chi si vuole bene!

note:

CORSI FITNESS TERRA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO.
CORSI FITNESS ACQUA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO E
DAL 24 AL 30 AGOSTO.

**PALINSESTO
AGOSTO 2026**

PAGINA 1 DI 3 (3/8 - 7/8)

FITNESS TERRA & ACQUA

DAL 17 AGOSTO AL 23 AGOSTO ... seguirà 24 - 30 Agosto



Lunedì

in ACQUA GYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUAGYM
20:05-20:50

Martedì

in PILATES
09:00-09:50
09:55-10:45

in STRETCHING
18:35-19:25

in TOTAL-BODY
19:30-20:20

Mercoledì

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45-13:30

in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Giovedì

in STRETCHING
09:00-09:50

in TOTAL-BODY
09:55-10:45

in TOTAL-BODY
18:35-19:25

in STRETCHING
19:30-20:20

Venerdì

in ACQUAGYM
09:00-09:45

in ACQUAGYM
12:45-13:30

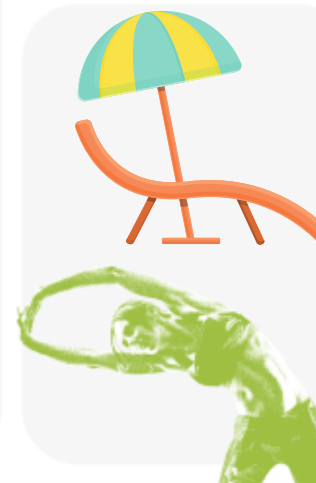
in ACQUAGYM
19:15-20:00

in ACQUA GYM
20:05-20:50

Sabato



Domenica



note:

CORSI FITNESS TERRA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO.
CORSI FITNESS ACQUA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO E
DAL 24 AL 30 AGOSTO.

PALINSESTO
AGOSTO 2026

PAGINA 2 DI 3 (17/8 - 23/8)

FITNESS TERRA & ACQUA

DAL 24 AGOSTO AL 30 AGOSTO ... seguirà S.S. 2026/2027



Lunedì

in BRUCIAGRASSI
09:00-09:50

in G.A.G.
12:45-13:35

in STRETCHING
18:15-19:05

in TOTAL-BODY
19:10-20:00

Martedì

in PILATES
09:00-09:50

in PILATES
12:45-13:35

in ABDOMINAL
18:45-19:15

in TRIFORM
19:30-20:15

Mercoledì

in G.A.G.
09:00-09:50

in TOTAL-BODY
12:45-13:35

in TOTAL-BODY
18:35-19:25

in STRETCHING
19:30-20:20

Giovedì

in STRETCHING
09:00-09:50

in STRETCHING
12:45-13:35

in ABDOMINAL
18:45-19:15

in TRIFORM
19:30-20:15

Venerdì

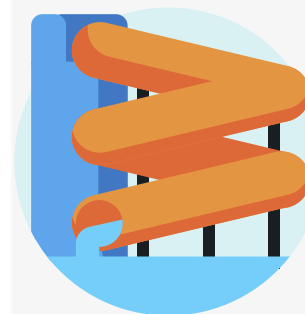
in TOTAL-BODY
09:00-09:50

in TRIFORM
12:45-13:30

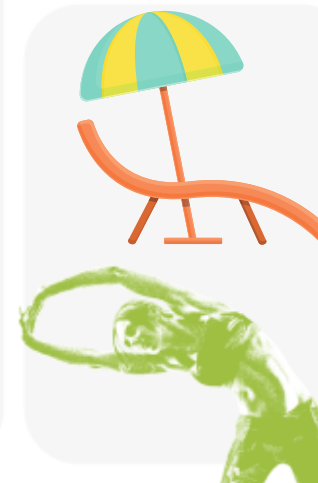
in G.A.G.
18:15-19:05

in POSTURAL
19:10-20:00

Sabato



Domenica



**SPORT
ACTIVE**

Consigliato a chi si vuole bene!

note:

CORSI FITNESS TERRA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO.
CORSI FITNESS ACQUA SOSPESI DAL 8 AL 16 AGOSTO E
DAL 24 AL 30 AGOSTO.

**PALINSESTO
AGOSTO 2026**

PAGINA 3 DI 3 (24/8 - 30/8)