

#MÖ·VEMENT®

PROGRAMMA

LUN 16 MARZO 2026

- 12:45-13:30 AQUAFIT con Stefy
- 19:45-20:30 AQUAENERGY con Lory

MAR 17 MARZO 2026

- 12:45-13:30 TOTAL BODY* con Mary
- 18:45-19:30 AQUAHI.I.T. con Manu
- 19:30-20:15 AQUAGAG con Manu

MER 18 MARZO 2026

- 11:15-12:00 GINNASTICA DOLCE* con Sara
- 14:15-15:00 AQUAFIT con Stefy
- 18:45-19:30 AQUAFIT con Lory
- 20:15-21:00 AQUAGAG con Mary

GIO 19 MARZO 2026

- 12:45-13:30 AQUAGYM con Stefy
- 19:00-19:45 AQUACIRCUIT con Manu
- 19:45-20:30 BIKE&TONE con Manu

VEN 20 MARZO 2026

- 09:45-10:30 POSTURALE* con Sara
- 12:45-13:30 TOTAL BODY* con Mary
- 14:15-15:00 AQUAFIT con Lory
- 19:45-20:30 GYM TONIC con Lory

DOM 22 MARZO 2026

MASTERCLASS ACQUAFITNESS
DALLE 15:00 ALLE 16:00 CON LORENA

DURANTE QUESTA SETTIMANA SARA' POSSIBILE EFFETTUARE UN ACCESSO GRATUITO ALLA NOSTRA SALA PESI PRENOTANDOSI IN RECEPTION

***CORSI FITNESS A TERRA**

*TUTTE LE ATTIVITA' A PALINSESTO SONO APERTE A TUTTI GLI UTENTI NON ISCRITTI. PER POTER ACCEDERVI E' NECESSARIA LA PRENOTAZIONE IN SEGRETERIA

SPÖRT Plus

SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

