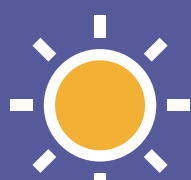
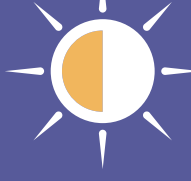


Agosto
17-23

ORARIO CORSI (m)

Attività sportiva ginnastica finalizzata alla salute e al fitness

	LUNEDÌ 17	MARTEDÌ 18	MERCOLEDÌ 19	GIOVEDÌ 20	VENERDÌ 21	SABATO 22
MATTINA 		 06:00-07:00 Yoga in spiaggia			 06:00-07:00 Yoga in spiaggia	
	 07:40-08:40 SlowFIT Medical		 07:40-08:40 SlowFIT Medical		 07:40-08:40 SlowFIT Medical	
	 08:30-09:30 Body Step		 08:30-09:30 Total Body			
	 09:40-10:40 FIT Pilates					
	 13:00-13:50 Functional Training		 13:00-13:50 Functional Training			
POMERIGGIO 						
		 18:30-19:30 Body Attack	 18:30-19:15 Body Balance			
SERA 	 18:40-18:55 Addominali	 19:00-19:50 Calisthenics				
	 19:15-20:15 Functional Training			 19:15-20:15 Functional Training		
	 19:30-20:30 * Group Cycling		 19:30-20:30 * Group Cycling	 19:30-20:30 * Group Cycling	 19:30-20:30 * Group Cycling	
		 20:00-21:00 Pilates Princ. Spiaggia		 19:00-20:15 Yoga in spiaggia		

CATEGORIE
CORSI



FORZA E
FIATO



MEDICAL E
POSTURALE



CORPO E
MENTE



DIMAGRIMENTO



CORSI
KIDS



ORARI SALA ATTREZZI

LUNEDÌ 06:00-22:00 | MARTEDÌ 07:00-22:00
MERCOLEDÌ 06:00 - 22:00 | GIOVEDÌ 07:00-22:00
VENERDÌ 06:00 - 22:00 | SABATO 07:00-19:00
DOMENICA 07:00 - 13:00



Yoga in spiaggia presso stabilimento “Bandiera Gialla”
Group Cycling in spiaggia presso stabilimento “Lo Zeffiro”

* LEZIONE DA PRENOTARE OBBLIGATORIAMENTE