

CORSI FITNESS

2025-2026

LUNEDI'

9:15	PILATES
10:15	ACQUA SOFT
12:45	ACQUA CIRCUIT
18:15	LES MILLS SHAPES/TOTALBODY
19:15	HIDROBIKE



MARTEDI'

18:30	ACQUA GYM
19:30	HIIT
20:00	STRETCHING

MERCOLEDI'

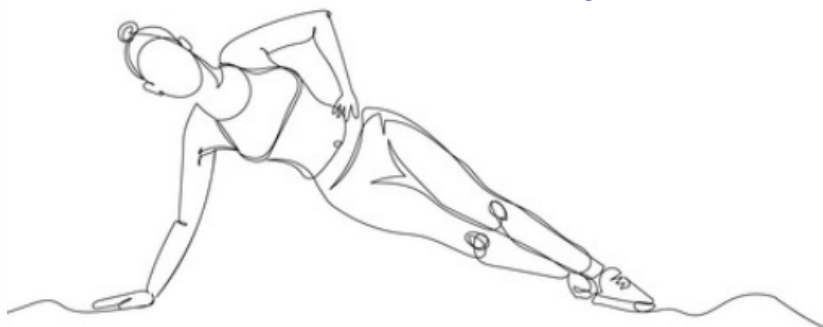
9:15	ACQUA GYM
12:15	ACQUA GYM
18:00	GAG
19:00	ACQUA GYM
19:45	ACQUA MIX

GIOVEDI'

9:15	TOTALBODY
10:15	POSTURALE
12:45	HIIT

VENERDI'

9:15	ACQUA GYM
10:15	HIDROBIKE
12:45	LES MILLS SHAPES/TOTALBODY
18:15	TOTALBODY
19:15	HIDROBIKE



La programmazione potrà subire variazioni nel corso della stagione