



Fitness&Pool



CORSO CON POSTI LIMITATI!
PRENOTAZIONE CONSIGLIATA!
Tel: +39 0342 970277
WhatsApp: +39 335 7412305
info@aquagrandalivigno.com
AppMYAPPY



ORARI FITNESS&POOL
LUN- VEN // 06:00* - 22:00
SAB-DOM // 08:00 - 20:00
*dalle 06.00 alle 08.00
è obbligatoria la prenotazione palestra e/o piscina entro le ore 20:00 del giorno precedente



Il planning corsi potrebbe subire variazioni in relazione al sopraggiungere di eventi, esigenze di servizio o scadenze particolari, che verranno anticipatamente comunicate.

PLANNING CORSI SETTIMANALI

dal 29/04/2024

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
--------	---------	-----------	---------	---------

MATTINA

08.10 09.00	PILATES ♀ Sala 1 Gianalberto	07.10 08.00	ACQUAGYM ♀ Piscina Kevin	07.10 08.00	HYDROBIKE ♀ Piscina Simone	08.10 09.00	PILATES ♀ Sala 1 Gianalberto
08.10 09.00	MORNING TRAINING ♀ Sala pesi Kevin			08.10 09.00	STRETCHING ♀ Sala 1 Kevin		
09.30 10.00	BABY&MUM 2-6 € ^{NEW} ♀ Wellness&Relax Melissa	08.10 09.00	MORNING TRAINING ♀ Sala pesi Kevin			08.10 09.00	MORNING TRAINING ♀ Sala pesi Kevin
10.00 10.30	BABY&MUM 7-12 € ^{NEW} ♀ Wellness&Relax Melissa	10.00 10.50	GESTANTI ♀ Wellness&Relax Kevin			09.30 10.20	ANTALGICA ♀ Sala 1 Simone
10.30 11.00	BABY&MUM 12-24€ ^{NEW} ♀ Wellness&Relax Melissa						

SERA

19.00 19.40	PANCAFIT ! *max10 ♀ Sala 1 Simone	19.00 21.00	MD LONG 100' ! *max 7 ♀ MD Lab Gianalberto	19.00 20.00	MD SPRINT ! *max 7 ♀ MD Lab Simone	19.00 19.50	HIIT ♀ Sala pesi Rudy
19.00 19.50	HIIT ♀ Sala pesi Rudy	19.00 19.40	PANCAFIT ! *max 10 ♀ Sala 1 Rudy	19.00 19.50	PILATES ♀ Sala 1 Rudy	20.00 20.50	HIIT ♀ Sala pesi Rudy
20.00 20.50	HIIT ♀ Sala pesi Rudy	19.45 20.35	SNODEI *solo uomini ♀ Sala 1 Rudy	19.50 20.40	FIT BOXE ♀ Sala 1 Rudy		
20.00 21.00	YOGA FIT ♀ Sala 1 Vivian			20.00 20.50	SWIM TRAINING ♀ Piscina Federico	20.00 20.50	SWIM TRAINING ♀ Piscina Federico

ACQUA SPINNING CARDIO BABY&MUM MUSCLE FLEXIBLE

€ Corso non incluso nell'abbonamento open. Pacchetto 6 lezioni: 60€

LIVIGNO