

PLANNING CORSI SETTIMANALI - DAL 01/06/2026

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
MATTINA									
		07.10 08.00	HYDROBIKE *MAX 15 📍 Slide&Fun Alessandro	07.30 08.20	AQ CIRCUIT 📍 Piscina Camilla	07.10 08.00	AQUAGYM *MAX 15 📍 Piscina Camilla		
08.10 09.00	PILATES 📍 Sala 1 Camilla			08.10 09.30	CALISTHENICS *MAX 8 📍 Sala 3 Rudy	08.10 09.30	MORNING TRAINING 📍 Sala pesi Camilla	08.10 09.00	PILATES 📍 Sala 1 Camilla
		08.10 09.00	MD SPRINT *MAX 8 📍 MD Lab Alessandro	08.10 09.30	PILATES 📍 Sala 1 Gianalberto	09.30 10.20	ANTALGICA 📍 Sala 1 Gianalberto	08.10 09.00	MD SPRINT *MAX 8 📍 MD Lab Gianalberto
09.30 10.20	ANTALGICA IN ACQUA 📍 Slide&Fun Camilla			09.30 10.00	BABY&MUM 3-18 € 📍 Slide&Fun Camilla				
				10.00 10.30	BABY&MUM 18-36 € 📍 Slide&Fun Camilla				
				12.30 13.30	RUN CLUB 📍 Aquagranda Alessandro				
POMERIGGIO I SERA									
18.10 19.00	HIIT 📍 Sala pesi Rudy			18.10 19.00	PILATES 📍 Sala 1 Gianalberto	18.10 18.50	MOBILITY *MAX 8 📍 Sala 3 Camilla	18.10 19.00	HIIT 📍 Sala pesi Rudy
18.30 19.30	RUN CLUB 📍 Aquagranda Alessandro			19.10 20.00	MD SPRINT *MAX 8 📍 MD Lab Gianalberto	19.50 20.40	SNODEI *SOLO UOMINI 📍 Sala 1 Rudy	19.10 20.00	MD SPRINT *MAX 8 📍 MD Lab Alessandro
19.00 19.50	HIIT 📍 Sala pesi Rudy			19.40 20.30	NUOTO ADULTI 📍 Piscina Camilla	19.00 19.50	FUNCTIONAL 📍 Sala pesi Camilla	19.00 19.50	HIIT 📍 Sala pesi Rudy
19.40 20.30	NUOTO ADULTI 📍 Piscina Camilla	19.45 20.30	FIT BOXE 📍 Sala 1 Rudy						

LEGENDA

■ ACQUA ■ EASY ■ STRONG

€ Corso non incluso nell'abbonamento open. Pacchetto 5 lezioni: 65€



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



ORARI PALESTRA

LUN - VEN | 06:00* - 21:00
SAB - DOM | 08:00 - 20:00

*Fascia oraria 06:00 - 08:00 riservata agli abbonati con obbligo di prenotazione entro le ore 20:00 della sera precedente.

ORARI PISCINA

LUN - VEN | 08:00 - 20:30 (20:00 uscita vasche)
SAB - DOM | 08:00 - 20:00 (19:30 uscita vasche)



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