

PLANNING CORSI SETTIMANALI - DAL 06/07/2026

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

MATTINA

	07.10 08.00	HYDROBIKE ! *MAX 15 Piscina Alessandro	07.10 08.00	AQ CIRCUIT Piscina Camilla	07.10 08.00	AQUAGYM ! *MAX 15 Piscina Camilla			
08.10 09.00		PILATES Sala 1 Camilla			07.10 08.00	RUN CLUB Pista Atletica Alessandro	08.10 09.00	PILATES Sala 1 Camilla	
08.10 09.00	MD SPRINT ! *MAX 8 MD Lab Alessandro	08.10 09.00	MORNING TRAINING Sala Pesi Rudy	08.10 09.30	CALISTHENICS ! *MAX 8 Sala 3 Rudy	08.10 09.00	MORNING TRAINING Sala pesi Camilla	08.10 09.30	CALISTHENICS ! *MAX 8 Sala 3 Rudy
09.30 10.20	ANTALGICA IN ACQUA Slide&Fun Camilla			08.10 09.00	PILATES Sala 1 Gianalberto	09.30 10.20	ANTALGICA Sala 1 Gianalberto		
				09.30 10.00	BABY&MUM 3-18 € Slide&Fun Camilla				
				10.00 10.30	BABY&MUM 18-36 € Slide&Fun Camilla				

POMERIGGIO I SERA

18.10 19.00	HIIT Sala pesi Rudy	18.10 18.50	PANCAFIT ! *MAX 10 Sala 1 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 Alessandro	19.10 20.00	MD SPRINT ! *MAX 8 MD Lab Alessandro		
		19.00 20.00	MD SPRINT ! *MAX 8 MD Lab Gianalberto	19.40 20.30	NUOTO ADULTI Piscina Camilla	19.10 20.00	FUNCIONAL Sala pesi Camilla		
19.50 20.40	BOOT CAMP Pista atletica Rudy			19.50 20.40	SNODEI *SOLO UOMINI Sala 1 Rudy	19.10 20.00	NUOTO ADULTI Piscina Gianalberto	19.00 19.50	HIIT Sala pesi Rudy
19.40 20.30	NUOTO ADULTI Piscina Camilla	19.50 20.40	FIT BOXE Sala 1 Rudy						
20.00 21.00	YOGA Sala 1 Yoga Livigno								

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 e MER | 08:00 - 21:30*
 (21:00 uscita vasche)

*Fascia oraria 20:00 - 21:30 riservata agli abbonati con obbligo di prenotazione entro le ore 20:00 della sera precedente.

MAR e GIO | 07:00 - 20:30*
 (20:00 uscita vasche)

*Fascia oraria 07:00 - 08:00 riservata agli abbonati con obbligo di prenotazione entro le ore 20:00 della sera precedente.

VEN - 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.