PLANNING CORSI SETTIMANALI - DAL 01/08/2026

1.816 METERS
LIVIGNO

MATTINA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	07.10 08.00 **HYDROBIKE** ! *MAX 15 — Piscina — Alessandro	07.10 08.00 **AQ CIRCUIT** — Piscina — Camilla	07.00 07.50 **FIT BOXE** — Sala 1 — Rudy	
08.10 09.00 **PILATES** — Sala 1 — Camilla			07.10 08.00 **AQUAGYM** ! *MAX 15 — Piscina — Camilla	08.10 09.00 **PILATES** — Sala 1 — Camilla
08.10 09.00 **MD SPRINT** ! *MAX8 — MD Lab — Alessandro	08.10 09.00 **MORNING TRAINING** — Sala Pesi — Rudy	08.10 09.30 **CALISTHENICS** ! *MAX 8 — Sala 3 — Rudy	07.10 08.00 **RUN CLUB** — Pista Atletica — Alessandro	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	08.10 09.00 **MORNING TRAINING** — Sala pesi — Camilla	
		09.30 10.00 **BABY&MUM 3-18** € — Slide&Fun — Camilla	09.30 10.20 **ANTALGICA** — Sala 1 — Gianalberto	
		10.00 10.30 **BABY&MUM 18-36** € — Slide&Fun — Camilla		

POMERIGGIO I SERA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
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		19.00 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				

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

LEGENDA

ACQUA EASY STRONG

€ Corso non incluso nell'abbonamento open. Pachetto 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)