

PLANNING CORSI SETTIMANALI - DAL 31/08/2026

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MATTINA				
	07.10 08.00 HYDROBIKE ! *MAX 15 ♀ Piscina Camilla	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 MORNING TRAINING ♀ Sala Pesi Camilla	08.10 09.30 CALISTHENICS ! *MAX 8 ♀ Sala 3 Rudy	07.00 07.50 RUN CLUB ♀ Pista Atletica Gianalberto	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 BABY&MUM 3-18 € ♀ Slide&Fun Camilla	09.30 10.20 ANTALGICA ♀ Sala 1 Gianalberto	
		10.00 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
18.10 19.00 RUN CLUB ♀ Aquagranda Gianalberto			19.00 19.50 MD SPRINT ! *MAX 8 ♀ MD Lab Gianalberto	
	19.00 19.50 MD SPRINT ! *MAX 8 ♀ MD Lab Gianalberto	19.40 20.30 NUOTO ADULTI ♀ Piscina Camilla	19.10 20.00 FUNCTIONAL ♀ 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				

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.