

LUNEDI'				MARTEDI'				MERCOLEDI'				GIOVEDI'				
ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	
7:00	FUNZIONALE TOTAL CARDIO	7:00	PISCINA LIBERA	8:00	FUNZIONALE TOTAL CARDIO	7:15	AQUA TONUS	7:00	FUNZIONALE TOTAL TONO	7:00	PISCINA LIBERA	7:00	SPINNING	7:00	PISCINA LIBERA	
	8:30					AQUA WORK	8:00					FUNZIONALE TOTAL TONO				
8:30	YOGA	8:30	AQUA DYNAMIC	8:30	LES MILLS RPM	9:30	AQUA DYNAMIC	8:30	LES MILLS BODYBALANCE	8:30	AQUA TONUS			8:30	AQUA POWER	
9:30	PANCA	9:30	AQUA WORK	9:30	PILATES	10:15	PISCINA LIBERA	9:30	ZUMBA	9:30	AQUA POWER	9:30	PILATES	9:30	AQUA DYNAMIC	
	FUNZIONALE TOTAL TONO	10:30	PISCINA LIBERA	10:30	MOVIMENTO NATURALE			10:30	PISCINA LIBERA	10:30	PISCINA LIBERA	10:30	MOVIMENTO NATURALE	10:30	MOVIMENTO NATURALE	10:30
BRUCIA GRASSI	13:00			LES MILLS RPM	13:00			FUNZIONALE TOTAL CARDIO	13:00	PISCINA LIBERA	13:00	BRUCIA GRASSI				
13:00	LES MILLS BODYPUMP	12:45	AQUA DYNAMIC	14:30	FUNZIONALE TOTAL TONO			14:30	AQUA WORK	14:30	LES MILLS BODYPUMP	13:30	PISCINA LIBERA	14:30	PANCA	12:45
14:30	LES MILLS BODYSTEP	14:30	PISCINA LIBERA	16:30	FUNZIONALE TOTAL CARDIO	15:30	PISCINA LIBERA			16:30	AQUA WORK	16:30	LES MILLS BODYPUMP	13:30	PISCINA LIBERA	
16:30	LES MILLS BODYBALANCE	16:30	AQUA DYNAMIC	17:45	LES MILLS GRIT	16:30	AQUA POWER	17:30	BRUCIA GRASSI	17:30	PILATES					
17:30	POWER GAMBE E GLUTEI	17:30	AQUA WORK	18:30	LES MILLS BODYBALANCE	17:30	AQUA TONUS	18:30	LES MILLS BODYATTACK	17:15	PISCINA LIBERA	18:30	LES MILLS BODYSTEP	17:30	AQUA POWER	
18:30	LES MILLS BODYPUMP	18:15	PISCINA LIBERA	19:00	LES MILLS RPM	18:30	AQUA DYNAMIC	18:45	LES MILLS RPM			19:00	SPINNING	18:30	AQUA WORK	
18:45	SPINNING	19:15	AQUA POWER	19:30	LES MILLS BODYPUMP	19:20	PISCINA LIBERA	19:30	LES MILLS BODYBALANCE	19:15	AQUA TONUS	19:30	LES MILLS GRIT	19:15	PISCINA LIBERA	
19:30	LES MILLS BODYATTACK	20:00	PISCINA LIBERA					20:00	SPINNING							
20:00	SPINNING															

VENERDI'				SABATO				DOMENICA			
ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA	ORA	ATTIVITA'	ORA	PISCINA
7:00	FUNZIONALE TOTAL CARDIO	7:15	AQUA POWER								
8:30	YOGA	8:30	AQUA DYNAMIC			9:30	AQUA WORK			9:30	AQUA DYNAMIC
9:30	LES MILLS BODYSTEP	9:30	AQUA TONUS	10:00	LES MILLS BODYPUMP			10:00	LES MILLS BODYBALANCE		
10:30	FUNZIONALE	10:30	PISCINA LIBERA	10:30	LES MILLS RPM			10:30	LES MILLS RPM		
	LES MILLS RPM			11:00	LES MILLS BODYATTACK						
13:00	LES MILLS BODYBALANCE	14:30	AQUA DYNAMIC								
14:30	FUNZIONALE TOTAL TONO	15:30	PISCINA LIBERA								
16:30	ZUMBA	16:30	AQUA TONUS								
17:30	BRUCIA GRASSI	17:30	AQUA DYNAMIC								
18:30	LES MILLS BODYPUMP	18:15	PISCINA LIBERA								
18:30	SPINNING										
19:30	LES MILLS BODYBALANCE										

**ORARIO APERTURA**  
 da LUN a VEN 6:30 - 21:30  
 SAB - DOM 8:30 - 13:00

Sala 1  
 Sala 2

- Per accedere alla struttura è obbligatoria la prenotazione
- Durata attività in sala fitness (allenamento individuale) MAX 90'
- Tutte le attività (collettive o individuali compreso la sala fitness) hanno l'obbligo di prenotazione
- Per l'utilizzo degli spogliatoi è obbligatoria la prenotazione
- Tutte le prenotazioni possono essere effettuate tramite l'APP WELL TEAM dedicata o chiamando il numero 055-8839762

Per accedere all' APP WELL TEAM puoi scegliere una di queste opzioni:

- Rivolgerti al DESK chiamando lo 055 8839762
- Scannerizzare il QR code di fianco

