

PLANNING DEI CORSI

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

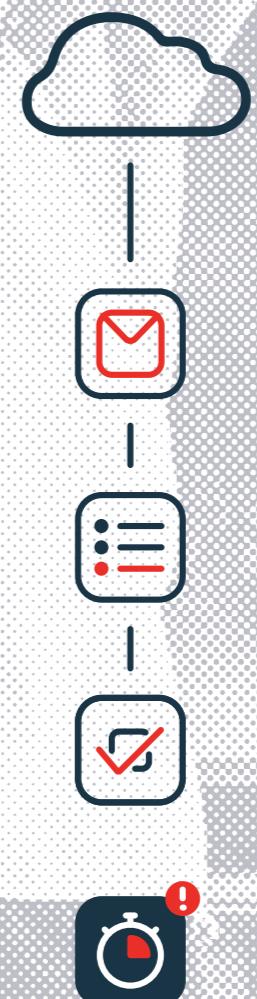
	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER
08:00												08:00
08:45												08:45
09:00	POSTURAL		PILATES	PILATES	POSTURAL	PILATES	PILATES	PILATES	POSTURAL		PILATES	09:00
09:45											LesMILLS BODYPUMP 45	09:45
10:00	POSTURAL		PILATES		POSTURAL	CIRCUIT TRAINING	PILATES			CIRCUIT TRAINING		10:00
10:05					FIT BOXE					FIT BOXE		10:05
11:00	STEP G.A.G.				TRX	PILATES				TRX		11:00
11:30											ABS GLUTEI	11:30
12:00												12:00
13:35	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING			FIT BOXE	LESMILLS BODYPUMP 45	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING				13:35

16:30				POSTURAL			POSTURAL					16:30
17:00	POSTURAL		PILATES			PILATES						17:00
17:30				POSTURAL			POSTURAL					17:30
18:00	POSTURAL			TAEKWONDO & KICKBOXING			TAEKWONDO & KICKBOXING					18:00
18:05			PILATES			PILATES						18:05
18:30		CIRCUIT TRAINING			YOGA 60'			YOGA 60'	CIRCUIT TRAINING			18:30
18:35												18:35
19:00			STEP G.A.G.	TAEKWONDO & KICKBOXING			STEP Total Body	TAEKWONDO & KICKBOXING				19:00
19:05												19:05
19:15	LESMILLS BODYPUMP 45											19:15
19:30		FIT BOXE			PILATES		PILATES	FIT BOXE				19:30
19:35												19:35
20:00												20:00
20:30		MMA			MMA		MMA					20:30

GROUPCYCLING		
LUNEDÌ	10:30 / 14:30	19:00
MARTEDÌ	19:00	
MERCOLEDÌ	10:30 / 14:30	19:00
GIOVEDÌ	19:00	
VENERDÌ	10:30 / 14:30	19:00

APP MY WELLNESS

PRENOTA LA TUA ATTIVITÀ IN **3 PASSI**



SCARICA L'APP E CREA IL TUO ACCOUNT

Segui le indicazioni nella mail di conferma che riceverai dopo aver scaricato My Wellness App.

SCEGLI SALA O CORSI

Scopri i corsi in programma e gli orari disponibili in sala e clicca su quello che vuoi prenotare.

PRENOTA L'ATTIVITÀ

Una volta fatta la tua scelta, clicca su "Prenota e ricordamelo" per effettuare la prenotazione.

SII PUNTUALE

È possibile accedere ai corsi **entro e non oltre i 10 minuti** successivi all'inizio del corso.



SCARICA SUBITO
L'APP GRATIS

App Store

Google Play

PROMO DEL MOMENTO

PT Plus

SU OGNI PACCHETTO
PERSONAL TRAINING
IN OMAGGIO 2 VISITE
ANTROPOMETRICHE

APERTURA E CHIUSURA LUN-VEN 06:30-23:00 SABATO 07:00-18:00 DOMENICA 08:00-14:00

VISITE NUTRIZIONALI PER FISSARE UN APPUNTAMENTO RIVOLGERSI AL DESK

CERTIFICATO MEDICO PUOI EFFETTUARE LA VISITA QUI IN SEDE.
FISSA UN APPUNTAMENTO AL DESK