

# PLANNING DEI CORSI

summer edition

	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			PILATES				PILATES						09:00
09:45											LES MILLS BODYPUMP 45'		09:45
10:00	POSTURAL			FIT BOXE	POSTURAL	CIRCUIT TRAINING			POSTURAL				10:00
10:05													10:05
11:00													11:00
11:30													11:30
13:30		FUNCTIONAL TRAINING					TRX		FUNCTIONAL TRAINING				13:30
13:35	PILATES					LES MILLS BODYPUMP 45'			PILATES				13:35
16:30													16:30
17:00													17:00
17:30	POSTURAL				POSTURAL				POSTURAL				17:30
18:00													18:00
18:05			PILATES				PILATES						18:05
18:30	PILATES			TRX	PILATES			TRX	PILATES				18:30
18:35													18:35
19:00													19:00
19:05													19:05
19:15													19:15
19:30	LES MILLS BODYPUMP 45'	CIRCUIT TRAINING		FIT BOXE				FIT BOXE		CIRCUIT TRAINING			19:30
19:35													19:35
20:00						FUNCTIONAL TRAINING							20:00
20:30													20:30



## TECHNOGYM - TRAINING COACH

PRENOTA LA TUA ATTIVITÀ IN 3 PASSI



**SCARICA L'APP E CREA IL TUO ACCOUNT**  
Scarica l'app Technogym - Training Coach e segui le indicazioni per la creazione dell'account.



**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.



App Store



Google Play

SCARICA SUBITO L'APP GRATIS

## PROMO DEL MOMENTO

PROVA UN MESE A

# METÀ PREZZO

FINO AL 15 AGOSTO



LUNEDÌ  
9:00  
19:00

MARTEDÌ  
14:00

MERCOLEDÌ  
9:00  
19:00

GIOVEDÌ  
9:00  
19:00

VENERDÌ  
14:00



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



**APERTURA E CHIUSURA SPA** LUN-VEN 10:00-22:00 SABATO 10:00-17:30 DOMENICA 10:00-13:30 GIOV 10:00-13:30



**VISITE NUTRIZIONALI** PER FISSARE UN APPUNTAMENTO RIVOLGERSI AL DESK



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

\*I corsi fitness sono soggetti nel periodo estivo a variazioni di orario e disponibilità pertanto ti consigliamo di verificare con anticipo la programmazione e le disponibilità per evitare inconvenienti.