

PLANNING



summer edition

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO		
	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	PULSE	POWER	
07:00			YOGA				YOGA						07:00
08:00													08:00
08:45											PILATES		08:45
09:00	POSTURAL		PILATES		POSTURAL		PILATES		POSTURAL				09:00
09:45											LES MILLS BODYPUMP 45'		09:45
10:00				CIRCUIT TRAINING		FIT BOXE		TRX		CIRCUIT TRAINING			10:00
11:00	PILATES				PILATES								11:00
11:30													11:30
13:30	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING					LES MILLS BODYPUMP 45'		PILATES	FUNCTIONAL TRAINING			13:30
16:00						TRX							16:00
17:00													17:00
17:30		TRX											17:30
18:00	POSTURAL		PILATES		POSTURAL		PILATES		POSTURAL				18:00
18:30										FIT BOXE			18:30
19:00	PILATES				PILATES								19:00
19:30		CIRCUIT TRAINING	LES MILLS BODYPUMP 45'		FUNCTIONAL TRAINING	LES MILLS BODYPUMP 45'			CIRCUIT TRAINING				19:30
20:00													20:00
20:30		FIT BOXE				FIT BOXE							20:30

GROUP CYCLING	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	SALA CYCLE
	09:00	14:00	09:00	14:00	09:00	--	
	19:30		19:30		19:30		



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

ALLENARSI IN ESTATE

PESA LA METÀ

FINO AL 15 AGOSTO

ABBONAMENTI MENSILI IN PROMOZIONE



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
GIOV 10:00-13:30

SABATO
10:00-17:30

DOMENICA
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

*Il planning è soggetto a variazioni

gorawellness.it

GORA
wellness motion

f @gorawellness

advertising by studiomonio.it