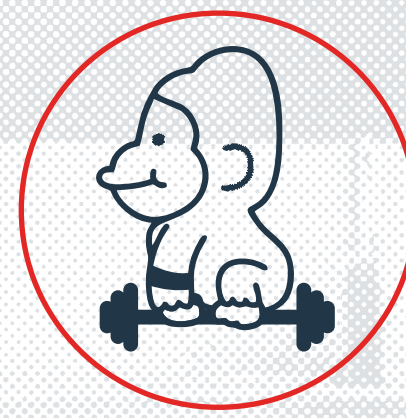


PLANNING



DEI CORSI

	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									POSTURAL				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	POSTURAL			CIRCUIT TRAINING	POSTURAL	FIT BOXE		TRX		CIRCUIT TRAINING			10:00
11:00	PILATES				PILATES				PILATES				11:00
11:30													11:30
13:30	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING			TOTAL BODY CIRCUIT		LES MILLS BODYPUMP 45'		PILATES	FUNCTIONAL TRAINING			13:30
16:00						TRX							16:00
17:00	POSTURAL		PILATES		POSTURAL		PILATES		POSTURAL				17:00
17:30		TRX											17:30
18:00	POSTURAL		PILATES	TAEKWONDO & KICKBOXING	POSTURAL		PILATES	TAEKWONDO & KICKBOXING	POSTURAL				18:00
18:30										FIT BOXE			18:30
19:00	YOGA			TAEKWONDO & KICKBOXING	YOGA			TAEKWONDO & KICKBOXING					19:00
19:30		CIRCUIT TRAINING	LES MILLS BODYPUMP 45'		FUNCTIONAL TRAINING	LES MILLS BODYPUMP 45'			CIRCUIT TRAINING				19:30
20:00	PILATES				PILATES								20:00
20:30		FIT BOXE				FIT BOXE							20:30

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	
GROUP CYCLING	07:00 / 10:30 14:00 18:30 / 19:30	19:00	07:00 / 10:30 14:00 18:30 / 19:30	19:00	10:30 14:00 19:00	9:00	SALA CYCLE



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

RICARICA IL TUO BAND E RICEVI:

10%
OMAGGIO

Ricaricando un importo
dai 20 ai 45€

15%
OMAGGIO

Ricaricando un importo
superiore ai 45€



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

*Il planning è soggetto a variazioni

gorawellness.it

GORA
wellness motion

f @gorawellness

advertising by studiomonio.it