

planet aqua

aquatonus

aquawork

aquadynamic

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

10.20   (45 MIN) AQUADYNAMIC	09.30   (45 MIN) AQUAWORK	10.00   (45 MIN) AQUATONUS	10.20   (45 MIN) AQUAWORK	09.30   (45 MIN) AQUATONUS	09.50   (45 MIN) AQUADYNAMIC
13.10   (45 MIN) AQUATONUS	14.30   (30 MIN) AQUADYNAMIC	13.10   (45 MIN) AQUAWORK	13.10   (45 MIN) AQUADYNAMIC	14.30   (30 MIN) AQUAWORK	14.00   (45 MIN) AQUAWORK
19.10   (45 MIN) AQUAWORK	19.10   (45 MIN) AQUATONUS	20.00   (30 MIN) AQUAWORK	19.10   (45 MIN) AQUATONUS	19.10   (45 MIN) AQUADYNAMIC	

LES MILLS  
CINEMACORSI VIRTUAL  
SU GRANDE SCHERMO

SCOPRI GLI ORARI SU


**LES MILLS  
BODY BALANCE**
**LES MILLS  
SH BAM**
**LES MILLS  
BODYPUMP**
**LES MILLS  
BODYCOMBAT**
**LES MILLS  
CXWORKS**


**CORSI EXTRA:**  
**Lezioni singole e/o minigruppo su prenotazione**  
 Pancraft | Personal Pilates | Osteopatia | Idrokinesiterapia  
 Personal Trainer (consulenza e pacchetti personalizzati)



**CORSI DI NUOTO Adulti**  
 (durata 50 minuti)

Lunedì e Giovedì: 9.30 - 13.10 - 20.00

Martedì e Venerdì: 10.20 - 13.40 - 20.00 - 20.50

Mercoledì: 20.00 - Sabato 9.00


**VINCI LA  
PIGRIZIA**