

**PROPOSTA ATTIVITÀ FITNESS e AQUAFITNESS STAGIONE ESTIVA '22**  
dal 06 giugno al 31 agosto



In collaborazione con

**LUNEDÌ**

**MARTEDÌ**

**MERCOLEDÌ**

**GIOVEDÌ**

**VENERDÌ**

**STUDIO**

**09.45-10.45**

**POSTURAL**

**STUDIO**

**09.45-10.45**

**POSTURAL**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**BIKE WORKOUT**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**AQUA TONE**

**Vasca Fitness**

**13.30-14.15**

**AQUA BIKE CIRCUIT**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**AQUA INTERVAL**

**Vasca Fitness**

**13.00-14.00**

**TERRA & ACQUA**  
Functional Training

**Vasca Fit/Main**

**19.00-19.45**

**AQUA THEME**

**Vasca Fitness**

**19.00-19.45**

**BIKE WORKOUT**

**OUTDOOR**

**18.30-19.45**

**RUN FOR FUN & SWIM**

**Vasca Fitness**

**19.00-19.45**

**AQUA CIRCUIT**

**TERRAZZA**

**18.30-19.30**

**GROUP CYCLING**

**PALINSESTO INDICATIVO**

*Tutte le settimane Attività e Orari seguiranno l'andamento di richieste e condizioni meteo  
Tutte le lezioni sono a PRENOTAZIONE e DISDETTA OBBLIGATORIA*

**LUNEDÌ**

**MARTEDÌ**

**MERCOLEDÌ**

**GIOVEDÌ**

**VENERDÌ**

**STUDIO**

**09.45-10.45**

**POSTURAL**

**STUDIO**

**09.45-10.45**

**POSTURAL**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**BIKE WORKOUT**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**AQUA INTERVAL**

**Vasca Fitness**

**13.00-13.45**

**AQUA BIKE CIRCUIT**

**Vasca Fitness**

**19.00-19.45**

**BIKE WORKOUT**

**OUTDOOR**

**18.30-19.45**

**RUN FOR FUN & SWIM**

**Vasca Fitness**

**19.00-19.45**

**AQUA CIRCUIT**

**TERRAZZA**

**18.30-19.30**

**GROUP CYCLING**

*PALINSESTO SOGGETTO A POSSIBILI VARIAZIONI  
a seconda dell'andamento di richieste e condizioni meteo  
TUTTE le LEZIONI sono a PRENOTAZIONE e DISDETTA OBBLIGATORIA*