WORKOUT

Planner 2025/26

3DDY GYM	7.00	9.00	13.00	17.00	18.00	19.00	20.00
lunedì	BLACK BOX SLIM	PILATES 3DDY	BLACK BOX SLIM	ore 15.00 GINNASTICA POSTURALE	LESMILLS Shapes	SPINNING LESMILLS BODYPUMP BOXE	SPINNING BOXE
martedì		LESMILLS Shapes	PILATES 3DDY		PILATES 3DDY	BLACK BOX SLIM	
mercoledì	BLACK BOX SLIM	PILATES 3DDY	LESMILLS Shapes	PILATES 3DDY	SPINNING LESMILLS BODYPUMP	BLACK BOX SLIM	SPINNING GINNASTICA POSTURALE
giovedì		BLACK BOX SLIM	LESMILLS BODYPUMP		PILATES 3DDY	LESMILLS Shapes BOXE	BOXE
venerdì		GINNASTICA POSTURALE	SPINNING	ore 16.00 PILATES 3DDY	BLACK BOX SLIM	SPINNING	
sabato		PILATES 3DDY					

3DDY GYM

Piscina

dal lunedì al venerdì	9:30-14:30 / 16-21
sabato	9:30-18
domenica	chiuso

Sala Fitness

lunedì-mercoledì	7 - 21
martedì- giovedì - venerdì	8 - 21
sabato	9 -18
domenica	chiuso