

LUNEDÌ 19



- 9.00 EASY FIT 1° P*.
- 9.30 ACQUAGYM piscine*.
- 10.00 TEAM DANCE 1° P.
- 10.30 HYDROBIKE piscine*.
- 11.00 PILATES CIRCUIT 1° P*, BODY SCULPT 1° P.
- 18.00 YOGA 1° P*, GAG piazza del sole, ACQUAGYM piscine.
- 18.30 WALKING CIRCUIT 3°P*.
- 19.00 HYDROBIKE piscine*, TOTAL BODY piazza del sole.
- 19.30 WALKING CIRCUIT 3°P*.
- 20.00 FIT BOXE 1° P*, ACQUAGYM piscine.
- 21.00 HYDROBIKE piscine.

MARTEDÌ 20



- 9.00 POSTURALE 1° P.
- 9.30 ACQUAGYM piscine*.
- 10.00 YOGA con B. Bazzani 1° P*, WALKING 3°P*.
- 10.30 ACQUAGYM piscine*.
- 11.00 BODY SCULPT 1° P*.
- 18.00 HIP HOP KIDS piazza del sole, HYDROBIKE piscine,
"YOGA ed ENERGIA" seminario con B. Bazzani, Yacht Bar.
- 19.00 BODY STEP 1° P, ACQUAGYM piscine, "CREA LA MASCOTTE" giochi per bambini al minigolf.
- 19.30 ACQUAGYM piscine.
- 20.00 WALKING CIRCUIT 3°P*.
- 21.00 YOGA con B. Bazzani 1° P*, HYDROBIKE piscine.

MERCOLEDÌ 21



- 9.00 EASY FIT 1° P.
- 10.00 TEAM DANCE 1° P.
- 11.00 PILATES 1° P, PILATES CIRCUIT 1° P.
- 18.00 YOGA 1° P, GAG piazza del sole, ACQUAGYM piscine,
"I PERCHÈ DEL PERSONAL TRAINER" seminario con A. Monno, Yacht Bar.
- 18.50 WALKING 3°P, ACQUAGYM piscine.
- 19.00 TOTAL BODY piazza del sole, HYDROBIKE piscine.
- 19.40 WALKING 3°P.
- 20.00 FIT BOXE 1° P, BALLI CARAIBICI piazza del sole. ACQUAGYM piscine.
- 21.00 SERATA CARAIBICA Yacht Bar.

GIOVEDÌ 22



- 9.00 YOGA 1° P, PILATES CIRCUIT 1° P.
- 9.30 HYDROBIKE piscine.
- 10.00 POSTURALE 1° P, WALKING 3°P.
- 10.30 YOGA 1° P, ACQUAGYM piscine.
- 11.00 PILATES 1° P.
- 18.00 FIT BOXE 1° P, TAEKWONDO piazza del sole, HYDROBIKE piscine.
- 18.30 WALKING CIRCUIT 3° piano.
- 19.00 GIROKINESIS piazza del sole, ACQUAGYM piscine,
ITRUCCHI DEL TRUCCO (Un make up artist svelerà tutti i segreti per un trucco perfetto) Yacht Bar.
- 19.30 WALKING CIRCUIT 3°P.
- 20.00 LISCIO piazza del sole, ACQUAGYM piscine.
- 21.00 MILITARY FIT piazza del sole. HYDROBIKE piscine.
- 21.30 OPENING NEW YACHT BAR. Serata dance '70/'80 con i Dancing Society.

VENERDÌ 23



- 9.00 PILATES personal group sala PT.
- 9.30 POSTURALE 1° P, ACQUAGYM piscine.
- 10.00 PILATES personal group sala PT,
- 10.30 TEAM DANCE 1° P. HYDROBIKE piscine.
- 11.00 PILATES CIRCUIT 1° P.
- 18.00 PILATES MATWORK piazza del sole, ACQUAGYM piscine.
- 19.00 BODY STEP piazza del sole, HYDROBIKE piscine.
- 20.00 POWER YOGA piazza del sole, HYDROBIKE piscine.
- 21.00 ACQUAGYM piscine,
- 21.00 MIAMI NIGHT. Live music e... crostacei
a bordo piscina. Via Nicolai Food.

N.B. Il palinsesto è suscettibile di variazioni che saranno debitamente comunicate.

Info/prenotazioni
080 5045504

IN PIÙ, con l'iscrizione all'Open Week, avrai
un accesso libero alle palestre ed uno alle piscine!

