

STAGIONE 2022/2023

# CORSI SALA FITNESS

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
GINNASTICA DOLCE (*) 10,00 – 10,45		PILATES 10,00 – 11,00	GINNASTICA DOLCE (*) 10,00 – 10,45		SURPRISE! (*) 10,30 – 11,15
	FUNCTIONAL TRAINING(*) 17,45-18,30			TABATA(*) 17,45-18,30	
ABS & TONE (*) 18,30 – 19,30	TOTAL BODY PUMP(*) 18,30-19,15	GAG (*) 18,15 – 19,15	TOTAL BODY WORKOUT(*) 18,30 – 19,15	GAG(*) 18:30-19,15	
FIT BOXE (*) 19,30-20,15	PILATES 19,15 – 20,15	STEP TONE (*) 19,15 – 20,00	STEP (*) 19,15 – 20,00		

(\*) **CORSI LIBERI:** compresi negli ABB. ALL INCLUSIVE  
oppure acquistabile ingresso singolo  
oppure con ABB. TUTTO FITNESS  
oppure con ABB. SOLO CORSI ALL INCLUSIVE