

CULTURA FISICA

Tutte le lezioni sono su prenotazione

TRX	MPM STRONG
Martedì 13.45 <input checked="" type="checkbox"/>	Lunedì 13.45 <input checked="" type="checkbox"/>
Venerdì 13.45 <input checked="" type="checkbox"/>	19.00 <input checked="" type="checkbox"/>
	Mercoledì 13.45 <input checked="" type="checkbox"/>
	19.00 <input checked="" type="checkbox"/>
	Venerdì 19.00 <input checked="" type="checkbox"/>
TR KET	MILITARY CIRCUIT
Lunedì 18.00 <input checked="" type="checkbox"/>	Martedì 19.00 <input checked="" type="checkbox"/>
Mercoledì 18.00 <input checked="" type="checkbox"/>	Giovedì 19.00 <input checked="" type="checkbox"/>
THE FAT BURNER	MILITARY QUEEN
Venerdì 18.00 <input checked="" type="checkbox"/>	Martedì 18.00 <input checked="" type="checkbox"/>
	Giovedì 18.00 <input checked="" type="checkbox"/>

SALA PESI

Nella nostra sala pesi troverai i migliori **Trainer**, tutti certificati e sempre a tua disposizione per creare **schede di allenamento personalizzate** per ogni esigenza!

Inoltre per i più esigenti sono a disposizione **Personal Trainer** che vi seguiranno in modo **esclusivo** durante l'allenamento.

Per allenarti in Sala Pesi è necessario portare un asciugamano, scarpe da ginnastica pulite, ma soprattutto il **certificato medico di idoneità sportiva non agonistica**.

Dal Lunedì al Venerdì **dalle 07.00 alle 22.00**

Sabato **dalle 08.00 alle 18.00**

Domenica **dalle 09.00 alle 13.00**

È NECESSARIO IL CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA

ATTIVITÀ SPORTIVA GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS

Tutte le lezioni sono su prenotazione

HEAT PROGRAM	SPINNING
Lunedì 13.45 <input type="checkbox"/>	Lunedì 20.10 <input checked="" type="checkbox"/>
Martedì 19.10 <input type="checkbox"/>	Mercoledì 20.10 <input checked="" type="checkbox"/>
Giovedì 19.10 <input type="checkbox"/>	Venerdì 20.10 <input checked="" type="checkbox"/>
Venerdì 13.45 <input type="checkbox"/>	
PUGILATO	PREPUGILISTICA
Solo su prenotazione	Martedì 20.10 <input type="checkbox"/>
	Giovedì 20.10 <input type="checkbox"/>

È NECESSARIO IL CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA

I NOSTRI INGRESSI **ARIA / FUOCO + ACQUA**
SONO VALIDI PER TUTTE LE ATTIVITÀ DEL CENTRO



ORARI ARIA



ORARI ACQUA



PRENOTA SU