

ORARIO CORSI INVERNO 2025-2026

**PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9:00 Dolores GYM&TONE	9:00 Nadia <i>Pilates</i>	9:00 Deira HAPPY YOGA	NEW 9:00 Dolores STEP&MORE		
10:10 Deira Postural Gym	10:10 Dolores LES MILLS BODYPUMP	NEW 10:10 Wesley TOTAL BODY	10:10 Dolores LES MILLS BODYPUMP	10:00 Nadia <i>Pilates</i>	
					10:30 LES MILLS CORE
					11:00 LES MILLS GRIT STRENGTH*
12:20 Nicole LES MILLS GRIT STRENGTH*	NEW 12:20 Wesley LES MILLS CORE	12:20 Wesley LES MILLS GRIT STRENGTH*	12:10 Deira <i>Pilates</i>	12:20 Mirko LES MILLS GRIT STRENGTH*	
18:15 Davide GAG	NEW 18:15 Miriam  Body & Mind	18:15 Davide  ZUMBA	NEW 18:15 Wesley LES MILLS CORE  45 min	18:30 Deira HAPPY YOGA	
19:10 Davide  ZUMBA	19:00 Team LES MILLS BODYPUMP	19:10 Davide GAG	19:00 Team LES MILLS BODYPUMP		

* LesMills GRIT Corso su prenotazione con abbonamento separato.

La Direzione si riserva il diritto di effettuare in qualsiasi momento un ev. cambiamento d'orario e/o disciplina.

Servizio Babysitting gratuito da lunedì a venerdì dalle 8:45 alle 11:45. Le lezioni verranno effettuate su riservazione, con un minimo di 4 partecipanti.