



FITNESS 2026 - SALA 1

orari validi dal 24/08/26

DURATA CORSI 50'	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
9:00		SPINNING dal 14 Settembre		SPINNING dal 14 Settembre			
11:30							
13:30 - 15:30							
17:00				MOTRICITÀ BAMBINI			
17:30							
18:00							
18:30				SPINNING dal 14 Settembre			
19:00	SPINNING dal 14 Settembre		SPINNING dal 14 Settembre				
19:15					KARATE		
20:00							
20:30	JU-JITSU			BALLI CARAIBICI	JU-JITSU		



FITNESS 2026 - SALA 2

orari validi dal 24/08/26

DURATA CORSI 50'	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
9:30	FLEX & POWER	PILATES		PILATES	FLEX & POWER		
9:50						MOBILITÀ dal 7 Settembre	
10:30		POSTURALE		POSTURALE			
10:40						TOTAL BODY dal 7 Settembre	
11:30						C.A.G. dal 7 Settembre	
13:30							
15:30 - 16:30							
17:10		TONE UP dal 7 Settembre		TONE UP dal 7 Settembre			
18:00	PILATES dal 7 Settembre	FITBALL	PILATES dal 7 Settembre	FITBALL			
18:10					TOTAL BODY		
18:30							
19:00	PILATES	FUNCTIONAL	PILATES	FUNCTIONAL	FUNCTIONAL		
19:30							
20:00	POSTURALE	POSTURALE dal 7 Settembre	POSTURALE	POSTURALE dal 7 Settembre			
20:30							

Legenda

CORSI CON ABBONAMENTI DEDICATI

MASCLUB

SPORT CENTER • BEAUTY • SPA • BEACH



AQUAFIT 2026

orari validi dal 24/08/26

DURATA CORSI 50'	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
8:15							
8:30		AQUA GYM			AQUA GYM		
9:00	HYDROBIKE			HYDROBIKE			
9:30		HYDROBIKE			HYDROBIKE		
9:50							
10:00	AQUA GYM			AQUA GYM			
11:10							
13:30	AQUA CIRCUIT			AQUA CIRCUIT			
17:10							
17:30							
18:00							
18:50	AQUA GYM	HYDROBIKE	AQUA CIRCUIT dal 7 Settembre	AQUA GYM	HYDROBIKE		
19:00							
19:40	HYDROBIKE	HYDROGYM	HYDROBIKE dal 7 Settembre	HYDROBIKE	HYDROGYM		
20:00							
20:30							

MASCLUB

SPORT CENTER • BEAUTY • SPA • BEACH