ACQUA1VILLAGE

IO SONO UNO
INSIEME SIAMO QUALCUNO

DAL **06/06/2022** AL **31/07/2022**

www.acqua1village.it

FITNESS

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
9.00/10.00 YOGA - FINO AL 11/07 -	9.00/9.45 PANCAFIT	9.00/9.45 POSTURALE	9.45/10.30 PANCAFIT	9.00/9.45 STRETCH & TONE	9.00/10.00 TAI CHI	
10.00/10.45 BODYWORKOUT	10.00/10.45 PANCAFIT	10.00/10.45 AEROTONE	10.45/11.30 CROSS CARDIO	10.00/10.45 POSTURALE	10.15/11.00 BODYWORKOUT	
10.50/11.35 PILATES	11.00/11.45 PANCAFIT					
12.45/13.30 PILATES		12.45/13.30 TONE UP!		12.45/13.30 METABOLIC WORKOUT		
15.15/16.00 FUNCTIONAL	15.30/16.15 PANCAFIT	14.30/15.15 PILATES		15.30/16.15 PANCAFIT		
18.00/18.45 GAG	18.00/18.30 CROSS CARDIO	18.00/18.45 BODYWORKOUT	18.00/18.45 GAG			
18.50/19.35 BODYWORKOUT	18.35/19.20 FUNCTIONAL	18.50/19.35 PILATES	18.50/19.35 PUMP	18.30/19.15 H.I.I.T.		
19.45/20.30 YOGA	19.30/20.15 FUNCTIONAL	19.45/20.30 YOGA	19.45/20.30 FUNCTIONAL			

ACQUA FITNESS

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
8.45/9.30 ACQUA GYM	9.00/9.45 ACQUA G.A.G. ★	9.15/10.00 ACQUA SOFT	8.45/9.30 ACQUA GYM	8.45/9.30 ACQUA TONE		10.00/10.45 ACQUA MIX
10.15/11.00 ACQUA G.A.G. ★	10.00/10.45 ACQUA GYM	10.15/11.00 ACQUA GYM	10.15/11.00 ACQUA CIRCUIT	10.15/11.00 ACQUA GYM		11.00/11.45 ACQUA BIKE
13.00/13.45 ACQUA CARDIO & TONE ★	13.00/13.45 ACQUA GYM	13.00/13.45 ACQUA TONE	13.00/13.45 ACQUA G.A.G ★	13.00/13.45 ACQUA BIKE	13.00/13.45 ACQUA GYM	
14.30/15.15 ACQUA SOFT	15.15/16.00 ACQUA GYM VASCA 25		14.30/15.15 ACQUA SOFT	15.15/16.00 ACQUA GYM VASCA 25		
19.15/20.00 H.I.T.T. h20	19.15/20.00 GYM & BIKE	19.15/20.00 ACQUA GYM	19.15/20.00 ACQUA G.A.G. ★	19.15/20.00 ACQUA TONE VASCA 25		
20.00/20.45 ACQUA BIKE	20.00/20.45 ACQUA GYM	20.00/20.45 ACQUA CARDIO & TONE ★	20.00/20.45 ACQUA BIKE	20.00/20.45 ACQUA GYM		

TUTTI I CORSI SONO DA **PRENOTARE** IN RECEPTION

★ NOVITÀ