CORSI AGOSTO 2025

GIOVEDI 31 LUGLIO	VENERDI 1 AGOSTO	SABATO 2 AGOSTO
8:00/8:50 **GINNASTICA DOLCE** *Giada* *(Sala A)*	**8:00/9:00** **HIIT Training** *Rebecca* *(Sala A)*	
9:00 / 9:55 **Pilates Balance** *Giada* *(Sala A)*	**HIIT Training** *Rebecca* *(Sala A)*	**9:10/10:00** **Pilates Balance** *Giada* *(Sala A)*
10:00/10:55 **Acquagym** *Giada* *(Piscina)*		**10:10/11:00** **Acquagym** *Giada* *(Piscina)*
11:00/11:55 **Circuit Training** *Giada* *(Sala A)*	**11:15/12:15** **Acquagym** *Patrizia* *(Piscina)*	
13:15/14:15 **Yoga Vinyasa** *Marta* *(Sala A)*	**13:15/14:15** **Funzionale** *Matteo* *(Sala A)*	
17:00/17:55 **Acquagym** *Giada* *(Piscina)*	**16:00/16:55** **Pilates** *Fernando* *(Sala A)*	
18:00/18:55 **Circuit Training** *Giada* *(Sala A)*	**17:00/18:00** **GAG Elastici** *Fernando* *(Sala A)*	
18:40/19:30 **Funzionale** *Matteo* *(Sala A)*	**18:00/19:00** **Circuit Training** *Fernando* *(Sala A)*	
19:30/20:20 **Power Total Body** *Riccardo* *(Sala A)*		
20:20/21:10 **Pilates** *Riccardo* *(Sala A)*		