

Gli orari potrebbero subire variazioni.
Per info **0549.904505**  

Tutti i servizi sono su prenotazione.



a pagamento



orario sperimentale



a domeniche alterne



dal 22/09

ORARIO

lunedì-venerdì 6.45 - 21.30

sabato 10.00 - 19.00
(corsi sospesi)
9.00 - 19.00
(dall'11 ottobre, corsi attivi)

domenica 9.00 - 14.00
(da ottobre ad aprile, corsi attivi dal 9 novembre)

ORARIO ESTIVO LUGLIO/AGOSTO

lunedì-venerdì 6.45 - 21.30

sabato 8.15 - 14.15

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
nuova AREA		NEW OS 7.00-7.50 DYNAMIC YOGA			NEW OS 7.00-7.50 DYNAMIC YOGA	
	9.15-10.00 STRETCH PILATES	9.15-10.00 BIOPOSTURAL		9.15-10.00 BIOPOSTURAL	9.15-10.00 BIOPOSTURAL	
	10.15-11.15 YOGA		10.15-11.15 YOGA			11.00-12.00 YOGA
	13.00-13.45 PILATES	13.00-14.00 YOGA		13.00-13.45 PILATES	13.00-14.00 YOGA	
	16.00-16.45 BIOPOSTURAL		16.00-16.45 BIOPOSTURAL		16.00-16.45 PILATES	DOMENICA 9.15-10.00 PILATES
	17.00-18.00 VINYASA YOGA			17.00-18.00 VINYASA YOGA		
	18.10-18.55 PILATES	18.05-19.00 DYNAMIC YOGA		18.10-18.55 PILATES	18.10-19.10 DYNAMIC YOGA	
			19.10-19.55 PILATES			
	7.00-7.45 MILITARY TRAINING WORKOUT	7.00-7.45 MILITARY TRAINING WORKOUT	7.00-7.50 CYCLEX	7.00-7.45 MILITARY TRAINING WORKOUT		DOMENICA 11.10-12.00 CYCLEX
			13.00-13.45 INTERVAL TRAINING			
special class CYCLING			17.15-18.00 TOTAL BODY ENERGY		17.15-18.00 TOTAL BODY ENERGY	
			18.10-18.55 FUNCTIONAL FIT BOXE			
	19.00-19.45 TOTAL BODY ENERGY					
	13.05-13.55 CYCLING		13.05-13.55 CYCLING			DOMENICA 11.10-12.00 CYCLING
	18.30-19.20 CYCLING		19.00-19.50 CYCLING	18.30-19.20 CYCLING		15.00-15.50 CYCLING
AQUAGYM	8.00-8.45 AQUAGYM		8.00-8.45 AQUAGYM		8.00-8.45 AQUAGYM	
	9.00-9.45 AQUAGYM		9.00-9.45 AQUAGYM		9.00-9.45 AQUAGYM	10.10-10.55 AQUAGYM
	13.00-13.45 AQUAGYM		13.00-13.45 AQUAGYM			DOMENICA 10.15-11.00 AQUAGYM
			15.00-15.45 AQUAGYM		15.00-15.45 AQUAGYM	
	18.30-19.15 AQUAGYM		18.10-18.55 AQUAGYM		18.10-18.55 AQUAGYM	



Gli orari potrebbero subire variazioni.
Per info **0549.904505**  

Tutti i servizi sono su prenotazione.

os

a pagamento
orario sperimentale
a domeniche alterne
dal 22/09

ORARIO

lunedì-venerdì

6.45 - 21.30

sabato

10.00 - 19.00
(corsi sospesi)
9.00 - 19.00
(dall'11 ottobre, corsi attivi)

domenica

9.00 - 14.00
**(da ottobre ad aprile,
corsi attivi dal 9 novembre)**

ORARIO ESTIVO LUGLIO/AGOSTO

lunedì-venerdì

6.45 - 21.30

sabato

8.15 - 14.15

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
special class HEAT TRAINING		7.00-7.50 HEAT TRAINING			7.00-7.50 HEAT TRAINING	
		8.10-9.00 HEAT TRAINING				9.00-9.50 HEAT TRAINING
		13.05-13.55 HEAT TRAINING			13.05-13.55 HEAT TRAINING	
		18.30-19.20 HEAT TRAINING			18.00-18.50 HEAT TRAINING	
UNIVERSE functional AREA	13.00-13.45 METABOLIC WORKOUT				13.00-13.45 METABOLIC WORKOUT	
		17.30-18.15 CROSS TRAINING		17.30-18.15 CROSS TRAINING		
	17.15-18.00 METABOLIC WORKOUT	18.45-19.30 CROSS TRAINING		18.45-19.30 CROSS TRAINING		
RESTART LAB ritorno al movimento			10.00-11.00 RESTART LAB GROUP		10.00-11.00 RESTART LAB GROUP	
			14.45-15.45 RESTART LAB GROUP		14.45-15.45 RESTART LAB GROUP	
			18.15-19.15 RESTART LAB GROUP		18.15-19.15 RESTART LAB GROUP	



Personal Training

Raggiungi i tuoi obiettivi fitness più velocemente con le nostre sedute di PT!



Un percorso tutto per te!

Inizia un programma di allenamento su misura per le tue esigenze.

PRENOTA SERVIZI E CORSI TRAMITE APP



Energia Lifestyle WellnessClub

SCOPRI I NOSTRI ABBONAMENTI ONLINE



SEGUICI SUI NOSTRI SOCIAL

 EnergiaWellnessFitness

 energiawellness_fitness