

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 (dal 21/06) 8.15 - 14.15

Gli orari potrebbero subire variazioni.

Per info **0549.904505**  

Tutti i servizi sono su prenotazione.

- ● ● a pagamento
- os orario sperimentale
- n a domeniche alterne

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
nuova AREA		7.00-7.50 DYNAMIC YOGA NEW OS			7.00-7.50 DYNAMIC YOGA NEW OS
	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		
	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
	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	
		10.15-11.00 TOTAL BODY ENERGY OS	13.00-13.45 INTERVAL TRAINING		10.15-11.00 TOTAL BODY ENERGY
			17.15-18.00 TOTAL BODY ENERGY		17.15-18.00 TOTAL BODY ENERGY OS
		18.10-18.55 FUNCTIONAL FIT BOXE			
		19.10-19.55 FIT DANCE NEW		19.10-19.55 FIT DANCE NEW	
special class CYCLING	13.05-13.55 CYCLING		13.05-13.55 CYCLING		
	18.30-19.20 CYCLING		19.00-19.50 CYCLING	18.30-19.20 CYCLING	
AQUAGYM	8.00-8.45 AQUAGYM		8.00-8.45 AQUAGYM		
	9.00-9.45 AQUAGYM		9.00-9.45 AQUAGYM	8.00-8.45 AQUAGYM	
	13.00-13.45 AQUAGYM		13.00-13.45 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.

- a pagamento
- orario sperimentale
- a domeniche alterne

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 (dal 21/06) 8.15 - 14.15

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
special class HEAT TRAINING		7.00-7.50 HEAT TRAINING			7.00-7.50 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

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
UNIVERSE functional AREA		13.00-13.45 METABOLIC WORKOUT	13.00-13.45 TACFIT <small>NEW</small>		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	
		19.00-19.45 TACFIT <small>NEW</small>			

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
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