

APERTO LUNEDÌ - VENERDÌ DALLE 08:30 ALLE 21:30 / SABATO DALLE 08:30 ALLE 19:30

ATTIVITA' DI GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA TRAMITE APP **MyGSP**

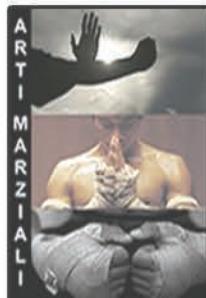
| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | SABATO |
|---|---|--|---|--|--|
| 10:00-10:45 WALKING EASY STUDIO ENERGY Lucia | 09:30-10:20 Dynamic YOGA STUDIO ENERGY Mara | 10:00-10:50 CORPO LIBERO STUDIO ENERGY Lucia | 09:30-10:30 PILATES POWER STUDIO ENERGY Mara | PROSSIMAMENTE | 10:00-10:50 WALKING PUMP STUDIO ENERGY ROTAZIONE |
| 12:45-13:30 LES MILLS RPM STUDIO CYCLING Massimo | 12:45-13:15 WALKING 30 HIIT STUDIO ENERGY Chiara | 12:45-13:30 PILATES POWER STUDIO ENERGY Mara | 12:45-13:35 LES MILLS BODYPUMP 45 STUDIO ENERGY Massimo | 12:45-13:35 WALKING PUMP STUDIO ENERGY Chiara | PROSSIMAMENTE |
| 13:30-14:15 LES MILLS CORE 45 STUDIO ENERGY Chiara | 13:30-14:20 LES MILLS BODYPUMP 45 STUDIO ENERGY Chiara | 13:30-14:20 WALKING PUMP STUDIO ENERGY Lucia | 13:40-14:30 SUPER JUMP STUDIO ENERGY Chiara | 13:40-14:10 BOOTY STUDIO ENERGY Lucia | |
| 17:30-18:20 WALKING PUMP STUDIO ENERGY Lucia | 18:00-18:45 WALKING EASY STUDIO ENERGY Ambra | 18:00-18:30 BOOTY STUDIO ENERGY Laura | 18:15-19:00 LES MILLS CORE 45 STUDIO ENERGY Laura | 18:30-19:00 WALKING 30 HIIT STUDIO ENERGY Laura | |
| 18:20-19:10 PILATES POWER STUDIO ENERGY Mara | 19:00-19:30 LES MILLS CORE 30 STUDIO ENERGY Ambra | 18:30-19:15 LES MILLS BODYPUMP 45 STUDIO ENERGY Chiara | 19:00-19:50 PILATES POWER STUDIO ENERGY Mara | 19:00-19:30 LES MILLS CORE 30 STUDIO ENERGY Laura | |
| 19:10-20:00 LES MILLS BODYPUMP 45 STUDIO ENERGY Lucia | 19:30-20:00 HIT 30 TRAINING INTERVAL HIGH STUDIO ENERGY Ambra | 19:00-19:50 LES MILLS RPM STUDIO CYCLING Massimo | 20:00-20:30 BOOTY STUDIO ENERGY Lucia | 19:30-20:30 LES MILLS BODYPUMP STUDIO ENERGY Massimo | |
| PROSSIMAMENTE | 20:00-20:50 FUNZIONALE STUDIO ENERGY Giuseppe | 19:30-20:20 WALKING PUMP STUDIO ENERGY Laura | 20:30-21:30 Dynamic YOGA STUDIO ENERGY Mara | | |

VIDEO

PALESTRA LIVE ENERGY VIRTUAL

Il piacere di allenarsi con i nostri corsi musicali quando vuoi tu.

Tre sale corsi attrezzate con grande schermo dove puoi prenotare l'orario e il corso che preferisci e allenarti da solo o in compagnia di chi vuoi tu.



| LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI |
|---|---|--|---|--|
| 17:30-18:30 ANDREA KARATE BAMBINI | 18:30-19:30 MARCO MUAY THAI BORAN BAMBINI 6-12 ANNI | 17:30-18:30 ANDREA KARATE BAMBINI | 18:30-19:30 MARCO MUAY THAI BORAN BAMBINI 6-12 ANNI | |
| 18:30-20:00 MARCO MUAY THAI BORAN | 19:30-21:30 FRANCESCO KUNG FU | 18:30-20:00 MARCO MUAY THAI BORAN | 19:30-21:30 FRANCESCO KUNG FU | 18:30-20:00 MARCO MUAY THAI BORAN |
| 20:00-21:30 MARCO MUAY THAI BORAN | | 20:00-21:30 ALESSANDRO KICK BOXING | | 20:00-21:30 ALESSANDRO KICK BOXING |

