

PISCINA ACQUAGYM

Alessandra Leinardi
Lunedì/Mercoledì
14 SETTEMBRE 09:50

Veronica Melis
18 SETTEMBRE | Venerdì 10:00
Martedì/Giovedì
IN CORSO 13:45
14 SETTEMBRE 14:30

Stefania Massa
Lunedì/Mercoledì/Venerdì
2 SETTEMBRE 14:30

Michela Passiu
Lunedì/Mercoledì/Venerdì
7 SETTEMBRE 17:10 | 17:55

Serena Siddi
Martedì/Giovedì
22 SETTEMBRE 18:00

IDROSTEP

Barbara Bolasco
IN CORSO | Mercoledì 09:00

IDROBIKE

Barbara Bolasco
IN CORSO | Lunedì 09:00

Camilla Cappato
Martedì/Giovedì
22 SETTEMBRE 10:05

Serena Siddi
Lunedì/Venerdì
21 SETTEMBRE 13:30
Martedì/Giovedì
22 SETTEMBRE 18:45

Stefania Massa
23 SETTEMBRE | Mercoledì 13:30

Manuela Ambus
Lunedì/Mercoledì/Venerdì
2 SETTEMBRE 15:15

ACQUA CIRCUIT

Barbara Bolasco
IN CORSO | Venerdì 09:00

Ilaria Sirigu
Lunedì/Mercoledì/Venerdì
7 SETTEMBRE 18:40 | 19:30

Alessandra Leinardi
Martedì/Giovedì
15 SETTEMBRE 09:15

FITNESS TOTAL BODY

Veronica Melis

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 09:00

14 SETTEMBRE 18:00 | 19:00

Sara Paschina

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 14:15

Daniela Zedda

Martedì/Giovedì

8 SETTEMBRE 18:00

MATERNITY FITNESS HUB

Giulia Tesio

Serena Siddi

Enrica Latini

GINNASTICA IN ACQUA

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

IN CORSO 16:00

PERCORSO GESTANTI

Martedì

IN CORSO 16:00

NUOTO NEONATALE

DA OTTOBRE Sabato

18-36 MESI 09:45

9-18 MESI 10:45

0-9 MESI 11:45

FITNESS POSTURAL PILATES

Tatiana Scanu

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

1 OTTOBRE 07:10

7 SETTEMBRE 08:00

Barbara Bolasco

Martedì/Giovedì

IN CORSO 08:35

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

1 OTTOBRE 10:00

Sara Paschina

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 15:05

Daniela Zedda

Martedì/Giovedì

8 SETTEMBRE 19:00

Giovanna Pintus

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 20:00

VINYASA YOGA

Noemi Di Bella

Martedì/Giovedì

15 SETTEMBRE 19:00

SKILL PERFORMANCE

Camilla Cappato

Martedì/Giovedì/Venerdì

22 SETTEMBRE 09:10

Daniele Cuccu

Martedì/Giovedì/Venerdì

15 SETTEMBRE 13:40

Francesco Masala

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 18:00

Valeria Vargiu

Lunedì/Mercoledì

7 SETTEMBRE 19:00

Francesca Bertocchini

Martedì/Giovedì/Venerdì

8 SETTEMBRE 19:00

KICKBOXING

Andrea Atzeni

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

IN CORSO 19:00

Martedì/Giovedì

1 SETTEMBRE 10:00 | 18:00 | 20:30

JUDO

Pierluca Mingoia

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

7 SETTEMBRE 20:00

A CHENT'ANNOS

Francesco Lecca

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

2 SETTEMBRE 09:00

1 OTTOBRE 10:00 | 11:00

REFORMER GROUP

Tatiana Scanu

Lunedì/Mercoledì/Venerdì

IN CORSO 09:00

Martedì/Giovedì 13:30

Barbara Bolasco

Martedì/Giovedì

1 SETTEMBRE 17:45 | 18:40

15 SETTEMBRE 09:30

Serena Siddi

Lunedì/Venerdì

21 SETTEMBRE 17:45

5 OTTOBRE 14:15

DANZA CARAIBICA

Sara Lecis

Martedì/Giovedì

DA OTTOBRE 20:30 | 21:20

STRETCHING DAY

Barbara Bolasco

Sabato

un solo appuntamento
ogni mese su prenotazione

17 OTTOBRE 10:00