



# Programma Fitness Week - End!

**Sabato 28 Maggio:**

Ore 9,30 Heat program con Livia (Sala Rowing)  
Ore 10,30 Tonificazione con Simona (Sala 1)  
Ore 10,30 Ginnastica medica con Carlotta (Sala 2)  
Ore 10,30 Reloaded video Master Ride con Werther  
Ore 11 Acqua Master class con Livia  
Ore 11,30 Rowing con Roberto all'aperto

**Domenica 29 Maggio:**

Ore 10,00 Master Ride con Vera  
Ore 10,30 Body Pump con Cristiano  
Ore 11,30 Kettlebell Circuit con Cristiano  
(max 8 persone)



**Info e prenotazione corsi presso la reception!**