



# WELLNESS AREA

## PERSONAL GROUP

### MARTEDI:

ORE 11.00 - 12.00

ORE 17.00 - 18.00

ORE 18.30 - 19.30

CIRCUIT TRAINING

POWER FREE BODY

PILATES | POWER YOGA

### GIOVEDI:

ORE 11.00 - 12.00

ORE 19.00 - 20.00

INTERVAL TRAINING

PILATES | POWER YOGA

Possibilità di organizzare personal group in altri giorni ed orari con la presenza minima di DUE persone.