



ACTIVE Fitness & Sport  
P.le Italia 26/27 – 51016 Montecatini Terme  
Tel: 0572 904090



[info@activefitness.it](mailto:info@activefitness.it) [www.activefitness.it](http://www.activefitness.it)



Ora	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09.15	<i>PILATES</i> 60'	<i>POSTURALE</i> 45'	<i>CORPO LIBERO</i> 60'	<i>TREKK</i> 45'	<i>BRUCIA GRASSI</i> 60'	
10.30			<i>PILATES</i> 60'		<i>POSTURALE</i> 45'	<i>SPIN</i> 45'
13.15	<i>SPIN</i> 45'		<i>BRUCIA GRASSI</i> 60'		<i>PILATES</i> 60'	
16.00		<i>CORPO LIBERO</i> 45'		<i>CORPO LIBERO</i> 45'		
17.00	<i>TOTAL BODY</i> 45'	<i>PILATES</i> 60'	<i>TREKK</i> 45'	<i>PILATES</i> 60'	<i>BRUCIA GRASSI</i> 45'	
17,45	<i>ADDOME 30'</i>				<i>ADDOME 30'</i>	
18.30	<i>TRIATHLON</i> 45'	<i>H.I.I.T</i> 45'	<i>ZUMBA</i> 60'	<i>SPIN</i> 45'	<i>CIRCUITO</i> 45'	
18.45			<i>A.F.F.</i> 45'			
19.15		<i>ADDOMINALI</i> 30'				
19.45	<i>SPIN</i> 45'				<i>SPIN</i> 45'	
20.00			<i>SPIN</i> 45'			

# ORARIO CORSI

## dal 01/05/24

Orario Palestra: LUN- VEN 08.00-21.45

Sabato 09.00-15.00