

CORSI IN VIRTUAL DOME DAL 22/12/25 AL 05/01/26

LUNEDÌ MARTEDÌ VENERDÌ SABATO DOMENICA

07:15 - 08:00 CYCLING	07:05 - 07:50 YOGA	07:15 - 08:00 WALKING		
08:15 - 08:40 ABS	08:00 - 09:00 ON DEMAND	08:05 - 08:50 TOTAL TONE		
09:00 - 09:45 POSTURAL	09:00 - 09:45 WALKING	09:00 - 09:45 PILATES	09:05 - 09:50 YOGA	
10:00 - 10:45 TOTAL TONE	10:00 - 10:45 PUMP	10:00 - 10:45 WALKING	10:00 - 10:45 CYCLING	10:05 - 10:50 CYCLING
11:00 - 12:00 ON DEMAND	11:00 - 11:45 YOGA	11:00 - 11:45 POSTURAL	11:00 - 11:45 WALKING	11:00 - 11:45 TOTAL TONE
12:30 - 12:55 ABS	12:00 - 12:45 PILATES	12:00 - 12:45 PUMP	12:00 - 12:45 TOTAL TONE	12:00 - 13:00 ON DEMAND
13:00 - 13:45 CYCLING	13:00 - 13:45 POSTURAL	13:00 - 13:45 PILATES	13:00 - 13:45 PUMP	
14:00 - 15:00 ON DEMAND	14:00 - 15:00 ON DEMAND	14:00 - 15:00 ON DEMAND	14:00 - 14:45 STEP	
15:30 - 16:15 GAG	15:30 - 16:15 TOTAL TONE	15:30 - 16:15 POSTURAL	15:00 - 16:00 ON DEMAND	
16:30 - 17:15 PILATES	16:30 - 17:15 GAG	16:30 - 17:15 YOGA		
17:30 - 18:15 PUMP	17:30 - 18:15 PILATES	17:30 - 18:15 GAG		
18:30 - 19:15 STEP	18:30 - 19:15 WALKING	18:30 - 19:15 PUMP		
19:30 - 20:15 TOTAL TONE	19:30 - 20:15 FIT&BOXE	19:30 - 20:15 CYCLING		
20:30 - 21:30 ON DEMAND	20:30 - 21:30 ON DEMAND	20:30 - 21:30 ON DEMAND		

**GIORNI DI
CHIUSURA**

**24 dicembre
25 dicembre
26 dicembre
31 dicembre
01 gennaio
06 gennaio**

**È ATTIVO SU RICHIESTA IL SERVIZIO
ON DEMAND**

**CHIEDI IN RECEPTION COME
POTER SEGUIRE IL TUO CORSO
PREFERITO NEL GIORNO E
NELL'ORARIO CHE VUOI TU!**

La denominazione dei corsi è funzionale ad una migliore comprensione all'interno delle diverse tipologie proposte, comunque rientranti nelle discipline sportive finalizzate alla salute e al fitness, come da elenco presente nella delibera CONI n. 1568 dell'11.02.2017 e del 10.05.2017 e successive modifiche.

	TONIFICAZIONE
	BODY&MIND
	CARDIO
	ON DEMAND

L'orario potrà subire modifiche senza preavviso.

**VIRTUAL
DOME**

**FITNESS
FAKTORY**

**#VERY
TRAINED
PEOPLE**

Centro "Le Vele" Via Ortigara, 72 31040 Signoressa (TV)
tel +39 0423 303333 mobile +39 393 9451104 info@fitnessfactory.com