



Gestione PRIMA S.S.D. a R.L.

DISPOSIZIONI SPECIFICHE DI PREVENZIONE AL COVID-19

E' fortemente consigliato l'utilizzo
della mascherina FFP2 in caso di
assembramento.

ORARIO D'APERTURA

Da Lunedì a Venerdì

8:00 - 22.00

Sabato

9:00 - 19:00

Domenica

chiuso con possibilità di
accedere ad Happiness
Loreto

seguici su



happinessgroup.it

**Tutte le lezioni
sono su prenotazione
fino a diversa comunicazione**

MEDICAL FITNESS GROUP

Lunedì:

8:00 - 8:40
8:40 - 9:20
9:20 - 10:00
10:00 - 10:40
10:40 - 11:20
11:20 - 12:00

Martedì:

18:00 - 18:40
18:40 - 19:20
19:20 - 20:00

Mercoledì:

8:00 - 8:40
8:40 - 9:20
9:20 - 10:00
10:00 - 10:40
10:40 - 11:20
11:20 - 12:00

Giovedì:

18:00 - 18:40
18:40 - 19:20
19:20 - 20:00

Venerdì:

8:00 - 8:40
8:40 - 9:20
9:20 - 10:00
10:00 - 10:40
10:40 - 11:20
11:20 - 12:00

Lunedì

MATTINA

- 8:50 STRETCHING - SALA WELLNESS ●
- 8:50 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●
- 9:40 TBW - SALA WELLNESS ●
- 9:40 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 10:40 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●

PRANZO

- 13:15 POSTURAL TR. - SALA WELLNESS ●
- 13:15 FUNCTIONAL TR. - SALA RING ●
- 14:10 ACQUAPOWER - PISCINA ●

POMERIGGIO

- 17:30 POSTURAL TR. - SALA WELLNESS ●
- 18:15 CROSS CARDIO - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ABDOMINAL - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 19:00 BOXE - SALA RING ●
- 19:30 YOGA - SALA WELLNESS ●
- 21:00 SALSA/BACHATA - SALA WELL. ●
- 21:50 KIZOMBA - SALA WELLNESS ●

Martedì

MATTINA

- 8:10 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●
- 9:15 GINN. DOLCE - SALA WELLNESS ●
- 10:00 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 10:10 ACQUAGYM - PISCINA ●

PRANZO

- 13:15 HIIT - SALA WELLNESS ●
- 13:30 ACQUAGYM - PISCINA ●

POMERIGGIO

- 18:00 MUAY THAI - SALA RING ●
- 18:10 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 18:20 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 19:15 CIRCUIT TR. - SALA WELLNESS ●
- 19:30 FUNCTIONAL TR. - SALA RING ●
- 21:00 D. CARAIBICHE - SALA WELLNESS ●

Mercoledì

MATTINA

- 8:10 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●
- 9:15 POSTURAL TR. - SALA WELLNESS ●
- 9:05 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●
- 10:00 ACQUAGYM - PISCINA ●

PRANZO

- 13:15 YOGA - SALA WELLNESS ●

POMERIGGIO

- 18:15 LIFE PUMP - SALA WELLNESS ●
- 19:00 FITBOXE - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 19:00 BOXE - SALA RING ●

**IN FORMA
E IN SALUTE
SEMPRE**



Giovedì

MATTINA

- 8:50 STRETCHING - SALA WELLNESS ●
- 9:40 TBW - SALA WELLNESS ●
- 9:40 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 10:40 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●

PRANZO

- 13:15 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 13:15 FUNCTIONAL TR. - SALA RING ●
- 14:10 ACQUAGYM - PISCINA ●

POMERIGGIO

- 17:30 POSTURAL TR. - SALA WELLNESS ●
- 18:10 ACQUACIRCUIT - PISCINA ●
- 18:15 CROSS CARDIO - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ABDOMINAL - SALA WELLNESS ●
- 19:00 ACQUACIRCUIT - PISCINA ●
- 19:00 FUNCTIONAL TR. - SALA RING ●
- 19:30 YOGA - SALA WELLNESS ●
- 20:00 MUAY THAI - SALA RING ●
- 21:00 D. CARAIBICHE - SALA WELLNESS ●

Venerdì

MATTINA

- 8:10 ACQUAWELLNESS - PISCINA ●
- 9:15 GINN. DOLCE - SALA WELLNESS ●
- 10:00 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 10:10 ACQUAGYM - PISCINA ●

PRANZO

- 13:15 HIIT - SALA WELLNESS ●
- 13:30 ACQUAGYM - PISCINA ●

POMERIGGIO

- 18:15 ACQUACOMBAT - PISCINA ●
- 18:20 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 18:30 MUAY THAI - SALA RING ●
- 19:20 CIRCUIT TR. - SALA WELLNESS ●

Sabato

MATTINA

- 9:10 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 9:45 PILATES - SALA WELLNESS ●
- 10:00 ACQUAGYM - PISCINA ●

PRANZO

- 14:30 FUNCTIONAL TR. - SALA RING ●
- 14:45 ACQUAGYM - PISCINA ●
- 15:30 BOXE - SALA RING ●

LEGENDA PROGRAMMI

TOP comprende	● ●
HAPPY comprende	● ●
ALLENAMENTI MIX comprende	● ●
ACTIVE comprende	●
ACQUA comprende	●
CORSI EXTRA	●