

Sala Gold

Orari Corsi 2025-2026

Giorni	8,30	9,00	9,30	10,00	19,20	19,30
Lunedì	Gym Dolce		Gym Dolce			Funzionale
Martedì	Gym Dolce		Gym Dolce		JOY Walk Effectifit®	
Mercoledì		Pilates Dolce		Golden Dance		Funzionale
Giovedì	Gym Dolce		Gym Dolce		JOY Walk Effectifit®	
Venerdì	Gym Dolce		Gym Dolce		18,30 Pump	Funzionale

**Tutte le attività rientrano nei programmi della F.G.I. - Settore Salute e Fitness:
Long Life Training, Energy Fitness Gym, Ginnastica Funzionale, Aequilibrium**



Lezioni Fitness da prenotare

Cell. 329 8936450

reception@valentia.it

