

CLUB NIKS

WELLNESS COMPANY

PALINSESTO CORSI VALIDO FINO AL 05 LUGLIO 2026

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	INFO
	06:45 GROUP CYCLING	10:00 GINNASTICA DOLCE	06:45 GROUP CYCLING	10:00 PILATES	09:15 PILATES	<p>TUTTI I CORSI SARANNO ATTIVATI CON UN MINIMO DI 4 PARTECIPANTI</p> <p>LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA TRAMITE L'APPLICAZIONE WELLNESS IN CLOUD</p> <p>PRENOTA UNA PROVA GRATUITA</p> <p>📍 TANGENZIALE OVEST 15/B - ROMENTINO (NO)</p> <p>☎ 0321.1818342</p> <p>📞 349.9116721</p>
11:30 TOTAL BODY	11:00 PILATES	11:00 FITBALL	11:30 PILATES	11:00 YOGA	10:15 G.A.G.	
12:50 PILATES	13:00 FUNCTIONAL	12:50 G.A.G.	13:00 FUNCTIONAL	12:50 TOTAL BODY	11:15 PILATES	
17:00 PILATES	18:15 FUNCTIONAL	17:30 G.A.G.	18:30 FITBOXE	18:15 (30') STEP BASE		
18:00 PUMP	19:15 GROUP CYCLING	18:30 PILATES	18:30 PUMP	19:15 GROUP CYCLING	18:45 FUNCTIONAL	
19:00 PILATES DINAMICO	19:00 ZUMBA	19:15 FUNCTIONAL	19:30 ZUMBA	19:30 STEP COREO		
20:00 PILATES	20:00 ZUMBA STEP	19:30 STEP COREO	19:30 YOGA	20:00 PILATES		
						<p>🌿 CORSI OLISTICI</p> <p>🏋️ CORSI DI TONIFICAZIONE</p> <p>🎵 CORSI MUSICALI</p>