

MIGLIORA IL TUO BENESSERE

- ☐ Calza scarpe idonee all'uso in palestra, perfettamente pulite e non provenienti dall'esterno.
- ☐ Utilizza un asciugamano personale da mettere su panche e sedili.

INDICAZIONI

I corsi in **ARANCIO**, **AZZURRO** non sono compresi nell'abbonamento OPEN; i corsi in **NERO** si riferiscono alle attività a libero ingresso con abbonamento OPEN.

ORARI APERTURA

Lunedì - Venerdì	06.30 - 22.30
Sabato	08.00 - 19.00
Domenica	08.00 - 18.00

ORARI APERTURA SPA E TERMARIUM

Lunedì - Venerdì	10.00 - 22.00
Sabato	10.00 - 18.00
Domenica	10.00 - 17.00

La direzione si riserva il diritto di cambiare e/o sospendere le lezioni e gli orari in qualsiasi momento.

CHIUSURA

- 25 E 26 DICEMBRE
- 1 GENNAIO
- DOMENICA DI PASQUA
- DAL 13 AL 16 AGOSTO

ORARIO generale

2025•2026



www.sportcitypalestra.it

via Canalazzo, 67 - 48123 Ravenna
tel. 0544.464634

LIFE
PLANET by **sport city**
società sportiva dilettantistica

LUNEDÌ					MARTEDÌ					MERCOLEDÌ				
06:30	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina	06:30	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina	06:30	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina
			TurboMet 6.45			Fit Pilates 8.30			TurboMet 7.00				TurboMet 6.45	
09:00	Fit Lady				09:00					09:00				
10:00				Acquagym 09.30	10:00					10:00	Tone			
11:00	Piloga				11:00					11:00				
12:00				Fisioterapia 11.30	12:00					12:00				
13:00	Cardio Sculpt	Fit Pilates	TurboMet 13.15		13:00	Desmotec Training				13:00	Power Sculpt	Fit Yoga	TurboMet 13.15	
14:00					13:30	Desmotec Training	VitalSculpt		TurboMet 13.15	14:00				
15:00				Aquadynamic 15.00	15:00		Fit Yoga			15:00				Acquagym 15.00
16:00					16:00					16:00				
17:00	Body Pump		TurboMet 17.00	Turboacqua 17.15	17:00					17:00	Body Pump		TurboMet 17.00	
18:00	Desmotec Training		TurboMet 18.00	Acquagym 18.15	18:00		Fit Pilates 17.30		TurboMet 18.00	18:00	Conditioning		TurboMet 18.00	Aquadynamic 18.15
18:30	Desmotec Training	Cardio Step			18:30	Tone	Fit Pilates 18.30			19:00	Desmotec Training	Cardio Step		
19:00	Conditioning		TurboMet 19.15	Aquadynamic 19.15	19:00	Body Pump			TurboMet 19.00	19:30	Desmotec Training		TurboMet 19.15	
20:00	Tone	Fit Pilates			20:00	Cardio Sculpt	Fit Lady 19.30			20:00	Body Pump	Fit Yoga		
21:00					21:00					21:00		Salsa Cubana Liv. Principiante		
22:30	Salsa Portoricana				22:30					22:30				
GIOVEDÌ					VENERDÌ					SABATO				
	Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina		Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina		Sala 1	Sala 2	Sala 3	Piscina
06:30			TurboMet 7.00		06:30			TurboMet 6.45		08:00			TurboMet 8.10	
09:00	Fit Pilates 8.30				09:00	Fit Lady				09:00				
10:00				Turboacqua 09.30	10:00					10:00				
11:00					11:00	Piloga				10:30	Body Pump			
12:00				Fisioterapia 11.30	12:00					11:00				
13:00	Body Pump	Sculpt	TurboMet 13.15		13:00	Tone	Fit Yoga	TurboMet 13.15		12:00				
14:00					14:00					13:00	Cardio			
15:00					14:00				Turboacqua 14.00	14:00	Power Sculpt			
16:00		Fit Yoga			15:00				Turboacqua 15.00	15:00				
17:00					16:00					16:00				
18:00				Aquadynamic 17.15	17:00			TurboMet 17.00	Turboacqua 17.15	17:00				
18:00	Tone	Fit Pilates 17.30	TurboMet 18.00	Acquagym 18.15	18:00	Body Pump	Cardio Step	TurboMet 18.00	Turboacqua 18.15	00:00	Aperura ore 08.00 Chiusura ore 19.00			
19:00	Body Pump	Fit Pilates 18.30	TurboMet 19.00	Turboacqua 19.15	19:00	VitalSculpt	Fit Yoga			DOMENICA				
20:00	CardioSculpt	Fit Lady 19.30			20:00					00:00			TurboMet 8.10	
21:00	Bachata Liv Principiante	Bachata 20.30			21:00					10:30	Jolly Class 10.30			
22:30	Salsa Portoricana				22:30					00:00	Aperura ore 08.00 chiusura 18.00			