

FITNESS, WELLNESS & MORE

Our activities are free! Come and enjoy them!

FITNESS PROGRAM 01.09.2025 / 07.09.2025

Lun | Mon

01

Mar | Tue 10.30 – 11.45 YOGA con Ilaria

02

Mer | Wed 12.30 – 13.15 PILATES con Laura

03

Gio | Thu 10.30 – 11.15 YOGA con Ilaria

04

Ven | Fri 09.30 – 10.15 YOGA con Ilaria

05 12.30 – 13.15 PILATES con Laura

Sab | Sat 11.00 – 11.45 STRETCHING con Laura

06

Dom | Sun

07

Fitness Center ARMONIA

07.00 - 20.00

ARMONIA
SPA & FITNESS

DU LAC ET DU PARC

GRAND RESORT

MEETING POINT for all activities: SPA

Un consiglio! Tipps!

Portate con voi una bottiglia d'acqua

Bring a bottle of water with you

Su richiesta, si organizzano sessioni di 1 ora
con **personal trainer** dedicato.

Upon request, we organise 1-hour sessions
with a dedicated **personal trainer**.