

FITNESS, WELLNESS & MORE

Our activities are free! Come and enjoy them!

FITNESS PROGRAM 18.08.2025 / 24.08.2025

Lun | Mon

18 12.30 – 13.15 PILATES con Laura

Mar | Tue

19 08.30 – 09.15 YOGA con Ilaria
15.00 – 15.45 DYNAMIC STRETCHING con Laura

Mer | Wed

20 11.30 – 12.00 AQAGYM con Nicole

Gio | Thu

21 09.30 – 10.15 YOGA con Simon
12.30 – 13.15 PILATES con Laura

Ven | Fri

22 09.30 – 10.15 YOGA con Agata
12.30 – 13.15 DYNAMIC STRETCHING con Laura

Sab | Sat

23 09.30 – 10.15 PILATES con Laura

Dom | Sun

24

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**.