



ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
8,00 - 9,00		ACQUAPOLE (orario: 8,45 - 9,30)		ACQUAPOLE (orario: 8,45 - 9,30)			
9,00 - 10,00							
10,00 - 11,00		PILATES	PILATES		PILATES	BIKE (orario 9,30 - 13,00)	PILATES
11,00 - 12,00		GINNASTICA DOLCE			GINNASTICA DOLCE		BIKE (orario 9,30 - 13,00)
12,00 - 13,00							NORDIC WALKING (orario: 11,00 - 12,30)
14,00 - 15,00							
15,00 - 16,00	PILATES	BIKE (orario: 14,30 - 16,30)	PILATES	NORDIC WALKING (orario: 14,30 - 16,30)		SCRUB (orario 15,30 -15,45)	SCRUB (orario 15,30 -15,45)
16,00 - 17,00						AUFGUSS (orario 16,15-16,30)	
						SCRUB (orario 16,45 -17,00)	AUFGUSS (orario 16,30-16,45)
17,00 - 18,00	GINNASTICA POSTURALE		GINNASTICA POSTURALE			AUFGUSS (orario 17,45-18,00)	SCRUB (orario 17,45-18,00)
18,00 - 19,00	PILATES	OLIT	PILATES	SCRUB (orario 18,00 - 18,15)	OLIT	PILATES	MASCHERA VISO (orario 18,45 - 19,00)
19,00 - 20,00		ACQUAPOLE (orario: 19,30 - 20,15)	AUFGUSS (orario 19,00 - 19,15)	ACQUAPOLE (orario: 19,30 - 20,15)			
20,00 - 21,00							
21,00 - 22,00					SCRUB (orario 21,00 - 21,15)		
22,00 - 23,00			BALLI LATINO-AMERICANI (orario 21,00 - 22,30)		AUFGUSS (orario 22,00 - 22,15)		
  AMBASCIATORI AMBASCIATORI <small>bike & sport wellness tangerine spa</small>							
Orari validi dal 1 Settembre 2018 fino al 31 Maggio 2019. I seguenti orari potrebbero subire variazioni; chiedere sempre conferma in hotel.							
Per coloro che soggiornano sono incluse tutte le lezioni di Pilates, Ginnastica posturale e dolce e Olit. Sono da considerare a pagamento le attività di Acquapole, Balli latino-americani, bike e nordic walking							
Nell'ingresso giornaliero alla Spa (sia per coloro che soggiornano sia per gli ospiti solo Spa) sono compresi gli eventi indicati nelle caselle bianche							