

ORARI DI APERTURA

STAGIONE 2026/27

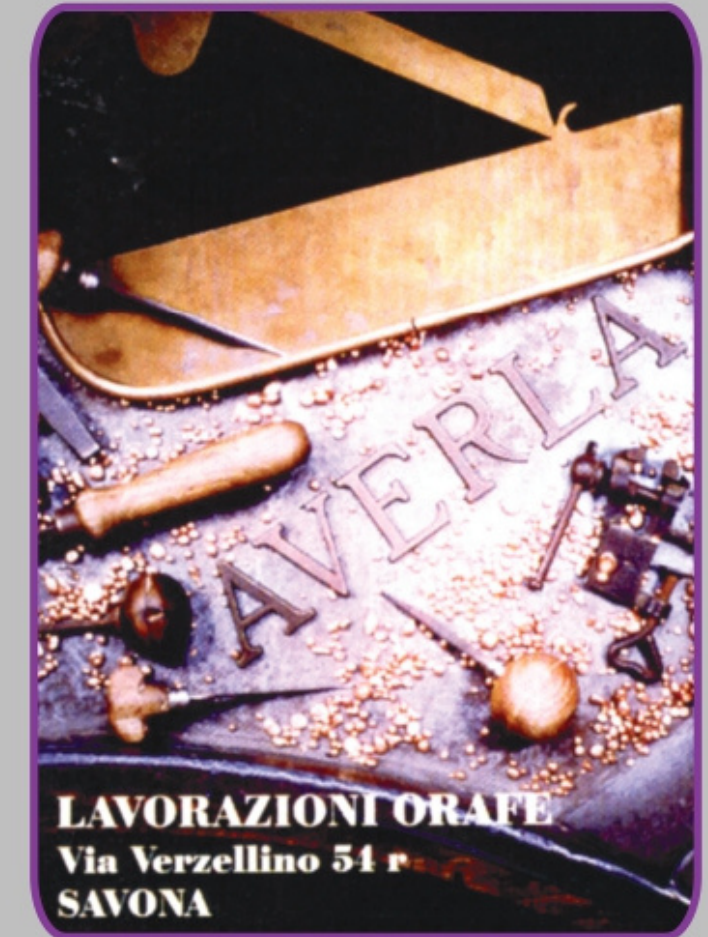
Sponsor Tecnico

Via Montenotte 52r - Savona
tel. 019 825939

Lunedì 7,00 - 21,30
Martedì 8,00 - 21,30
Mercoledì 7,00 - 21,30
Giovedì 8,00 - 21,30
Venerdì 7,00 - 21,30
Sabato 8,00 - 18,00
Domenica 9,00 - 13,00



zetaquattrosv@gmail.com



LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2
8,30	Ginnastica Dolce		YOGA		Pilates		YOGA		Pilates	
9,30	Ginnastica Dolce		Ginnastica Posturale		Ginnastica Dolce		TONIFICAZIONE		Ginnastica Dolce	
10,30	Ginnastica Posturale		TONIFICAZIONE		Ginnastica Posturale		Balla & Brucia		Ginnastica Posturale	
13,00	TONIFICAZIONE		TONO CIRCUITO		TOTAL BODY		Ginnastica Posturale		Cardio Tono	
14,00-14,45	YOGA		Addome/Glutei		K08		Piloga		ABS + Upper Body	
17,00	Balla & Brucia		Cardio Tono		YOGA		TONIFICAZIONE		Ginnastica Posturale	
18,00	BALANCE		Ginnastica Posturale		TONIFICAZIONE		YOGA Fitness		Cardio Tono	
19,00	TONIFICAZIONE		TOTAL BODY		Cardio Tono		Step funzionale		Kettlebell/Defence	
20,00	Cardio Tono		TONIFICAZIONE				Fit & Dance			

ORARIO Fitness

Percorso Olistico

Percorso Misto

Percorso Tono

Percorso Cardio

Orario valido fino al 04/10/2026

ORARIO SPINNING

L
Loredana Lancellotti
Magical
EVENTS

Creo eventi pensati per
sorprendere
chi li vive.

Dove i *dettagli*
incontrano l'emozione

Allestimenti
Gadget Handmade
Balloon Art

Tel. 348 2205152
Savona

Ti aspetto sui miei social
@loredana_lancellotti

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9,00			9,00	7,30
	13,00		13,00	12,45
18,30		18,30		
19,45	19,00	19,45	19,00	

PS2 **PIESSEDUE**
FOTOSTUDIO
di Roberto Ursida

RIPRESE FOTO E VIDEO

*Pubblicitarie*Elaborazioni Digitali
Cerimonie Ritratti in Studio
Eventi*Spettacoli



Z4 Pilates Reformer Method

Se ti dimenticherai di prenderti cura di te, il tuo corpo troverà il modo di ricordartelo



Stabilimento balneare, bar ristorante
Savona, via Cimarosa 2-4r Tel. 019 851677
www.bagnarci.com

