

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09.10	GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE	
10.00	GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE	
17.00						
17.50		ACQUA GYM		ACQUA GYM		

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.



THERME **ROMANE**
PORDENONE



Orario dei Corsi
dal 9 settembre
al 30 giugno 2025

INFO: Viale della libertà 60 · Pordenone · Tel. +39 0434 41416
E-mail: info@thermeromane.it · www.thermeromane.it

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08.30						
09.15						
10.10		GINNASTICA DOLCE			GINNASTICA DOLCE	
12.30				DANZA * JAZZ FLOOR ³		
13.00		PILATES	BODY FLYING	PILATES	POWER YOGA	
13.45						
18.00	POSTURAL EVOLUTION		POSTURAL PILATES			
18.30		DANZA * JAZZ FLOOR ³		DANZA * CLASSICA ⁴		
19.00	INTERVAL TRAINING		LIFE PUMP			
19.10					PILATES BODY FLYING	
19.30						
19.30		HATHA YOGA * ¹				
20.00	PILATES		PILATES			

* YOGA E DANZA SONO GESTITI DA MAESTRI ESTERNI.

¹ HATHA YOGA MARTEDÌ 19.00/21.00

Su prenotazione | Maurizio 3929909719 | Mail: yogatam@yahoo.com

³ DANZA JAZZ FLOOR MARTEDÌ 18.30/19.30 e GIOVEDÌ 12.30/13.30

⁴ DANZA CLASSICA NO under 40 GIOVEDÌ 18.30/19.30

Su prenotazione | Nicoletta 3473250590

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10.00						
13.00	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING	
17.00						
18.20	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING	
18.40				AEROFIT		
19.20	CALISTHENICS		CALISTHENICS		CALISTHENICS	
19.40				BALCORFUN		
20.20	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING			

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.