

CAMBIO SCARPE OBBLIGATORIO 	ASCIUGAMANO SU MACCHINARI, PANCHE E TAPPETINI 	IGIENIZZARE I MACCHINARI CARDIO 	RIMETTERE A POSTO I PESI 	SCARICARE I PESI DA BILANCIERI E MACCHINARI 	move REGOLAMENTO
ARMADIETTO = LUCCHETTO 	PRENOTA E DISDICI I CORSI FITNESS 	CERTIFICATO MEDICO NECESSARIO PER ACCEDERE 	LASCIARE LE PANCHE LIBERE 	TUTTE LE ATTIVITÀ TERMINANO 15 MIN PRIMA DELLA CHIUSURA 	
Area Benessere ACCESSO RISERVATO AI MAGGIORENNI PASSA IL BRACCIALE PARLA SOTTOVOCE CELLULARE SILENZIOSO 	Indessa IL COSTUME DA BAGNO (NO SOLO ASCIUGAMANO) 	Deicia OBBLIGATORIA PRIMA DI ACCEDERE 	Sanna e Biosanna NO CIABATTE LASCIALE FUORI TELO OBBLIGATORIO SULLE PANCHE 	Bagno Turco SI CIABATTE SE NO SCIVOLI NO TELO LASCIALO FUORI 	

Il mancato rispetto di quanto sopra indicato comporterà l'allontanamento dalla struttura.

STRONGER THAN YOUR EXCUSES
#bekind



SANTHIÀ corsi fitness



Si ricorda ai tesserati che tutti i nostri corsi sono lezioni di ginnastica e sport atte a mantenere o migliorare la forma fisica e il benessere psicofisico. In caso di patologie, previa autorizzazione del medico, chiedi consiglio agli istruttori su quali corsi seguire.

RESTA SEMPRE AGGIORNATO!

ISCRIVITI AL NOSTRO CANALE WHATSAPP



Move Palestre Santhia sssd



SEGUICI SUI SOCIAL



CONTATTI E ORARI



Move Palestre sssd
Corso Aosta 30 - Santhià
telefono e whatsapp 0161 94848
www.movepalestre.it - info@movefitness.it

ORARI	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
Centro	06:00 22:00	06:00 22:00	06:00 22:00	06:00 22:00	06:00 22:00	09:00 18:00	CHIUSO
Reception	07:00 20:30	07:00 20:30	07:00 20:30	07:00 20:30	07:00 20:00	09:00 18:00	-
Assistenti sala pesi	09:30 22:00	09:30 22:00	09:30 22:00	09:30 22:00	09:30 22:00	-	-
Area benessere	09:30 20:30	09:30 20:30	09:30 20:30	CHIUSO	09:30 20:30	10:00 17:00	CHIUSO

dal 02 Febbraio 2026
A.S. 2025/2026

ACQUA: fitness, scuola nuoto e piscina

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:45	08:45-09:30	-	-	-	9:00-9:30	-
09:00	ACQUAGYM	09:00-09:45	09:00-09:45	-	NUOTO LIBERO	-
09:15	-	ACQUAGYM	ACQUAGYM	9:15-10:00	-	09:15-10:00
09:30	09:30-10:15	-	-	ACQUAGYM	9:30-10:15	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI
09:45	ACQUASTEP	09:45-10:30	09:45-10:30	-	HYDROBIKE	-
10:00	-	ACQUAGYM	ACQUAGYM	10:00-10:45	-	10:00-10:45
10:15	10:15-11:00	-	-	HYDROBIKE	10:15-11:00	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI
10:30	HYDROBIKE	-	-	-	ACQUAGYM	-
10:45	-	-	-	10:45-11:30	-	10:45-11:30
11:00	-	-	-	ACQUAGYM	11:00-11:45	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI
11:15	-	10:30-13:00	-	-	ACQUAGYM	-
11:30	-	NUOTO LIBERO	-	-	-	11:30-12:15
11:45	-	-	-	-	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI
12:00	-	-	-	-	-	-
12:15	-	-	-	-	12:00-13:00	-
12:30	-	-	-	-	NUOTO LIBERO	-
12:45	11:00-15:00	-	10:30-15:00	-	-	-
13:00	NUOTO LIBERO	-	NUOTO LIBERO	-	-	-
13:15	-	13:00-13:45	-	-	13:00-13:45	-
13:30	-	ACQUAGYM	-	-	HYDROBIKE	12:30-14:30
13:45	-	-	-	-	-	NUOTO LIBERO
14:00	-	-	-	11:30-17:00	-	-
14:15	-	-	-	NUOTO LIBERO	14:00-15:00	-
14:30	-	-	-	-	NUOTO LIBERO	-
14:45	-	-	-	-	-	14:30-15:15
15:00	15:00-15:45	14:00-16:30	15:00-15:45	-	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI
15:15	ACQUAGYM	NUOTO LIBERO	ACQUAGYM	-	15:00-15:45	-
15:30	-	-	-	-	ACQUAGYM	-
15:45	-	-	-	-	-	-
16:00	-	-	16:00-16:30	-	-	-
16:15	16:15-17:00	-	NUOTO LIBERO	-	-	15:30-17:30
16:30	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	16:30-17:15	-	-	16:15-17:00	NUOTO LIBERO
16:45	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	HYDROBIKE	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	-
17:00	17:00-17:45	-	-	17:00-17:45	17:00-17:45	-
17:15	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	17:15-18:00	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	-
17:30	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	-	-	-	-
17:45	-	-	17:30-18:15	-	-	DOMENICA
18:00	18:00-18:45	18:00-18:45	ACQUAGYM	17:45-18:30	17:45-18:30	-
18:15	HYDROBIKE	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	CHIUSO
18:30	-	18:15-19:00	HYDROBIKE	18:30-19:15	18:30-19:15	-
18:45	18:45-19:30	18:45-19:30	-	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	ACQUAGYM	-
19:00	ACQUAGYM	Scuola Nuoto <i>MOVEX</i> BIMBI	-	-	-	-
19:15	-	-	-	19:15-20:00	-	-
19:30	-	-	-	HYDROBIKE	-	-
20:00	19:30-20:15	19:30-20:15	19:00-21:00	-	19:30-21:00	NUOTO LIBERO
20:15	ACQUAGYM	ACQUAGYM	NUOTO LIBERO	-	NUOTO LIBERO	-
20:30	-	-	-	20:00-21:00	-	-
20:45	20:30-21:00	20:30-21:00	-	NUOTO LIBERO	-	-
21:00	NUOTO LIBERO	NUOTO LIBERO	-	-	-	-

TERRA: sala 1° piano

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
08:45	-	-	-	-	08:45-09:30
09:00	09:00-09:45	-	-	9:00-9:45	Yoga
09:15	Yoga	-	-	PILATES	-
09:30	-	-	-	-	-
09:45	-	-	-	-	-
10:00	-	-	-	10:00-10:45	-
10:30	-	10:30-11:15	10:30-11:15	LES MILLS BODYPUMP	-
10:45	-	JAZZERCISE	TOTAL BODY	-	-
11:15	-	-	-	-	-
12:50	12:50-13:40	-	-	-	12:50-13:35
13:00	LES MILLS BODYPUMP	-	-	-	TOTAL BODY
13:15	-	-	-	-	-
16:45	-	-	16:45-17:30	-	-
17:00	17:00-18:00	17:00-17:45	Yoga	17:00-17:45	-
17:15	LES MILLS BODYPUMP form 45 min	TOTAL BODY	-	LES MILLS BODYPUMP	-
17:30	-	-	17:30-18:15	-	17:30-18:15
17:45	-	17:45-18:30	GAG	17:45-18:30	PILATES
18:00	18:00-18:45	LES MILLS CORE	-	Pilates & Core	-
18:15	GAG	-	18:15-19:00	-	18:15-19:00
18:30	-	-	FUNZIONALE	18:30-19:15	TOTAL BODY
18:45	18:45-19:30	LES MILLS BODYPUMP form 45 min	-	GAG	-
19:00	DANCE UP	-	19:00-19:45	-	-
19:15	-	-	PILATES	19:15-20:00	-
19:45	-	-	-	Yoga	-
20:00	-	-	-	-	-

TERRA: sala cycling&walking

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
matina e pausa	-	13:00-13:45 WALKING	12:50-13:40 GROUP CYCLING	-	-
17:30	-	-	-	17:30-18:15	-
17:45	-	-	18:00-18:45	WALKING	-
18:00	-	-	GROUP CYCLING	-	-
18:15	GROUP CYCLING	-	-	-	-
18:45	-	-	-	18:45-19:30	-
19:00	-	-	-	GROUP CYCLING	-
19:30	-	-	-	-	-

TERRA: area funzionale

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
19:30	19:30-20:30 MOVEX	-	-	19:30-20:30 MOVEX	-

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA PER ACQUAfitness, MOVEX, WALKING e GROUP CYCLING
(inquadra il QR code e accedi alla tua area per prenotare)



Le lezioni vengono sempre svolte, anche con un solo partecipante.

N.B.: i palinsesti possono subire variazioni durante l'anno al fine di migliorare il servizio