

# ALMABLU

WELLNESS & SPA

## FITNESS LESSONS

Sono disponibili gratuitamente le seguenti lezioni ideate per aiutarvi a ritrovare il benessere psicofisico ed il giusto equilibrio. È richiesta la prenotazione con almeno 24 ore di anticipo.

*The following lessons are available for free and are designed to help you regain psychophysical well-being and the right balance. A reservation is required at least 24 hours in advance.*

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<b>10.30</b>	Hatha Yoga Relax		Pilates Energy Flow		Yoga Detox & Rebalance	Pilates Posturale	
<b>11.30</b>							

Almablu Wellness & Spa è aperta tutti i giorni dalle 10.00 alle 20.00.

*Almablu Wellness & Spa is open daily from 10 a.m. to 8 p.m.*

