

ORARI ATTIVITA' STAGIONE 2024/25

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA	
	08:45 PILATES	09:00 STRETCH MOBILITA'	08:45 TOTAL BODY	09:00 MOVIDA	08:45 PILATES	DOMENICA NUOTO LIBERO DALLE 8:30 ALLE 12:30	
09:30 GESTANTI	09:45 AQUA GYM	09:30 GESTANTI	09:45 PILATES	09:45 AQUA GYM	09:30 AQUA GYM		
10:30 NUOTO ADULTI	10:30 PUMP	10:00 FUNCTIONAL TRAINING	10:30 NUOTO ADULTI	10:00 STRETCH MOBILITA'	10:30 NUOTO ADULTI		
	13:00 PILATES	13:00 MOVIDA		10:30 TOTAL BODY	10:30 NUOTO BAMBINI		
13:30 AQUA GYM		13:30 AQUA GYM		13:00 PILATES	10:30 BIKING PROGRAM		
					11:00 NUOTO BAMBINI		
15:00 NUOTO RAGAZZI		15:30 PILATES	15:00 NUOTO RAGAZZI		11:30 BIKING PROGRAM		
	16:00 STRETCH MOBILITA'	16:00 MOVIDA	16:00 NUOTO RAGAZZI	13:30 AQUA GYM	SABATO NUOTO LIBERO DALLE 8:00 ALLE 14:00		
16;15 NUOTO BAMBINI	16;15 NUOTO BAMBINI	16:15 NUOTO BAMBINI	16;15 NUOTO BAMBINI	15:00 NUOTO RAGAZZI			
17:00 NUOTO BAMBINI	17:00 NUOTO BAMBINI	16:30 G.A.G. 30'	16:15 NUOTO BAMBINI	16:15 STRETCH MOBILITA'			
17:45 NUOTO BAMBINI	17:00 TOTAL BODY	17:00 NUOTO BAMBINI	17:00 PILATES	17:00 PUMP	17:00 TOTAL BODY		
	17:45 NUOTO BAMBINI	17:30 NUOTO BAMBINI	17:45 NUOTO BAMBINI				
	18:15 SUPER	18:00 TOTAL BODY	18:00 CORE 30'	18:00 TOTAL BODY	18:00 PILATES		
	18:30 AQUA GYM	18:30 AQUA GYM	18:30 AQUA GYM	18:30 BODY			
19:15 NUOTO ADULTI	18:45 ZUMBA	18:30 BIKING PROGRAM	18:30 STRETCH MOBILITA' 30'	18:45 ZUMBA	18:45 AQUA GYM		
	19:15 NUOTO ADULTI	19:15 NUOTO ADULTI	19:15 NUOTO ADULTI	19:00 REEJAM			
	19:30 BIKING PROGRAM	19:30 AQUA GYM	19:30 AQUA GYM				

NUOTO LIBERO DAL LUNEDI' AL GIOVEDI' DALLE 6:30 ALLE 20:00 - VENERDI' DALLE 6:30 ALLE 19:00