

# PLANNING

Attività Invernale



## PISCINA GROPALLO

Acqua. Sport. Benessere.

da lunedì a venerdì : 7:00-21:00

sabato : 8:00-17:00

domenica : 8:00-14:00

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

DOMENICA

8:30 9:15	AquaBassa	8:30 9:15	Bike	8:30 9:15	Tapis	8:30 9:15	Bike	8:30 9:15	Bike	9:00 9:45	Tapis	9:45 10:30	Fantasy Gym
9:30 10:15	AquaDolce	9:30 10:15	Tapis	9:30 10:15	AquaDolce	9:30 10:15	AquaBassa	9:30 10:15	AquaDolce	10:00 10:45	AquaAlta	10:30 11:15	Fantasy Gym
10:30 11:15	Tapis	10:30 11:15	AquaAlta	10:30 11:15	AquaKick	10:30 11:15	AquaAlta	10:30 11:15	Tapis	11:00 11:45	Powergym		
12:00 12:45	AquaAlta	12:00 12:45	Step	12:00 12:45	Bike	12:00 12:45	Circuito	12:00 12:45	AquaAlta	12:00 12:45	Bike		
13:00 13:45	Threefit	13:00 13:45	Bike	13:00 13:45	Powergym	13:00 13:45	Bike	13:00 13:45	Threefit				
		13:45 14:15	Acqua-Terra Training			13:45 14:15	Acqua-Terra Training						
14:15 15:00	AquaKick	14:15 15:00	AquaBassa	14:15 15:00	Circuito	14:15 15:00	Tapis	14:15 15:00	Powergym				
16:30 17:15	AquaAlta	16:30 17:15	High Kick	16:30 17:15	AquaAlta	16:30 17:15	High Kick	16:30 17:15	GAG				
17:15 18:00	High Circuit	17:15 18:00	AquaAlta	17:15 18:00	Water Interval Training	17:15 18:00	AquaAlta	17:15 18:00	Water Interval Training				
18:00 18:45	Water Interval Training	18:00 18:45	GAG	18:00 18:45	GAG	18:00 18:45	GAG	18:00 18:45	High Circuit				
		18:45 19:30	AquaStep			18:45 19:30	Step						
19:30 20:15	Bike	19:30 20:15	Tapis	19:30 20:15	Powergym	19:30 20:15	Tapis	19:30 20:15	Bike				

ATTIVITÀ IN  
ACQUA BASSA

ATTIVITÀ IN  
ACQUA ALTA

La direzione si riserva il diritto di apportare delle modifiche all'orario durante l'anno