

PLANNING

Attività Estiva



PISCINA GROPALLO

Acqua. Sport. Benessere.

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	
7:45 8:30	Pilates	7:45 8:30	TRX	7:45 8:30	GAG	7:45 8:30	Circuito Funzionale	7:45 8:30	TRX
8:30 9:15	AquaDolce	8:30 9:15	Tapis	8:30 9:15	AquaDolce	8:30 9:15	Bike	8:30 9:15	AquaDolce
8:30 9:15	AquaAlta	8:30 9:15	AquaAlta	8:30 9:15	AquaAlta	8:30 9:15	AquaAlta	8:30 9:15	AquaAlta
10:15 11:00	Corso Nuoto Bambini			10:15 11:00	Corso Nuoto Bambini			10:15 11:00	Corso Nuoto Bambini
		13:15 14:00	Corso Nuoto Adulti			13:15 14:00	Corso Nuoto Adulti		
18:45 19:30	Tapis	18:45 19:30	AquaAlta	18:45 19:30	Bike	18:45 19:30	AquaBassa	18:45 19:30	AquaAlta
19:00 19:45	Barre	19:00 19:45	Tabata			19:00 19:45	GAG		

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

**ATTIVITÀ IN
ACQUA BASSA**

**ATTIVITÀ IN
ACQUA ALTA**

**FITNESS
OUTDOOR**

**CORSI NUOTO
(bambini e adulti)**