

# PLANNING

Attività Invernale

stagione 2022/23



## 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	
7:45 8:30	Tabata			7:45 8:30	Tapis			7:45 8:30	Tapis	8:15 9:00	AcquaAlta		
8:30 9:15	Tabata	8:30 9:15	Bike	8:30 9:15	Tapis	8:30 9:15	Bike	8:30 9:15	Tapis			9:00 9:45	Fantasy Gym
9:30 10:15	AcquaDolce	9:30 10:15	Tapis	9:30 10:15	AcquaDolce	9:30 10:15	AcquaBassa	9:30 10:15	AcquaDolce	9:30 10:15	Tabata	9:45 10:30	Fantasy Gym
10:30 11:15	Tapis	10:30 11:15	AcquaAlta	10:30 11:15	Tabata	10:30 11:15	AcquaAlta	10:30 11:15	Bike	10:30 11:15	Tapis	10:30 11:15	Fantasy Gym
										11:30 12:15	Powergym		
12:00 12:45	AcquaAlta	12:00 12:45	AcquaBassa	12:00 12:45	Bike	12:00 12:45	Circuito	12:00 12:45	AcquaAlta	12:30 13:15	Bike		
13:00 14:00	Threefit	13:00 13:45	Bike	13:00 13:45	Circuito	13:00 13:45	Bike	13:00 14:00	Threefit				
14:15 15:00	AquaKick	14:15 15:00	Fantasy Gym	14:15 15:00	Powergym	14:15 15:00	Tapis	14:15 15:00	Fantasy Gym				
16:45 17:30	AcquaAlta			16:45 17:30	AcquaAlta			16:45 17:30	GAG				
17:45 18:30	High Circuit	17:45 18:30	AcquaAlta	17:45 18:30	Tabata	17:45 18:30	AcquaAlta	17:45 18:30	Tabata				
18:30 19:15	Tabata	18:30 19:15	GAG	18:30 19:15	AcquaCaribe	18:30 19:15	GAG	18:30 19:15	High Circuit				
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