

CORSI ACQUAFITNESS

dal 09/10/2019 al 09/12/2019

Lunedì	Total Body 9.00 Raffaella	Tread 9.50 Raffaella	Bike 19.00 Francesca	Bike 19.45 Francesca	
Martedì			Bike 13.15 Raffaella	AcquaGym 19.00 Vincenzo	Bike 19.45 Vincenzo
Mercoledì	Soft 9.45 Valentina			Acqua Power 19.00 Marcella	Acqua Mat 20.00 Paola
Giovedì	Total Body 9.00 Raffaella	Bike 9.50 Raffaella	Bike 19.00 Vincenzo	Acqua Mat 20.00 Vincenzo	Acqua Mat 20.30 Vincenzo
Venerdì	Soft 9.45 Valentina		Acqua Mat 13.00 Sara	AcquaGym 19.00 Madalina	Tread 19.45 Madalina
Sabato		Tread 11:15 Madalina	AcquaGym 12.00 Madalina		

Bike **obbligo** calze (consigliate anche per Tread)

CORSI EXTRA

dal 09/10/2019 al 09/11/2019

Lunedì				PFA 20.00 Elisa	
Martedì		Terra-Acqua 9.00 Elisa		Brucia Grassi 19.00 Rebecca	
Mercoledì			Pilates 17.30 Paola	Pilates 18.45 Paola	
Giovedì	Nuoto Adattato 8.30 Ombretta			Brucia Grassi 19.00 Elisa	PFA 20.00 Elisa



PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA PER TUTTI I CORSI

Per **prenotare** il corso chiedere in reception o telefonare al numero **0383/41051**



Orari nuoto libero dall'9 Settembre 2019		
LUNEDÌ	07.00 - 15.00	18.15 - 21.30
MARTEDÌ	9.00 - 22.30	
MERCOLEDÌ	07.00 - 15.00	18.30 - 21.15
GIOVEDÌ	07.00 - 15.00	18.15 - 21.30
VENERDÌ	7.00 - 16.45	19.00 - 22.30
SABATO	8.00 - 14.30	15.00 - 19.30
DOMENICA	8.00 - 13.00	