

ATTIVITA' ACQUAFITNESS DALL'8 GENNAIO 2018

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN		
M A T T I N O	H2O GYM ORE 8:30 - 9:15 Luca		 ORE 8:30 - 9:15 Mauro			CORSI CON ATTREZZI	
	H2O FLOW ORE 9:15-10:00 Luca ●	H2O GYM ORE 9:30 - 10:15 Mauro	H2O MIX ORE 9:30-10:15 Tony	H2O FLOW ORE 9:15 -10:00 Giovanna ●			H2O WALK
	H2O WALK ORE 10:00 - 10:45 Luca	H2O FLOW ORE 10:15-11:00 Tony ●	H2O GYM ORE 10:15 - 11:00 Giovanna	H2O WALK ORE 10:00-10:45 Giovanna			H2O BIKE
P R A N Z O	H2O GYM ORE 13:00-13:45 Alice	H2O GYM ORE 13:00-13:45 Tony	H2O MIX ORE 13:00-13:45 Giovanna	H2O MIX ORE 13:00-13:45 Giovanna	H2O WALK HIGH ORE 13:10-13:55 Stefano ●	CORSI SENZA ATTREZZI	
	H2O WALK ORE 19:15-20:00 Stefano	H2O FLOW ORE 19:15-20:00 Tony ●	 ORE 19:15-20:00 Mauro	H2O GYM ORE 19:15-20:00 Monica	H2O GYM ORE 19:15-20:00 Giovanna		H2O CROSS
	H2O BIKE ORE 19:15-20:00 Luca	H2O MIX ORE 19:15-20:00 Stefano	H2O MIX ORE 20:00-20:45 Stefano	H2O WALK ORE 19:15-20:00 Angela	H2O MIX ORE 20:00-20:45 Giovanna		H2O TRIATHLON
	H2O WALK ORE 20:00 - 20:45 Stefano	H2O BIKE ORE 20:00-20:45 Stefano	H2O WALK ORE 20:00-20:45 Tony	H2O WALK ORE 20:00-20:45 Angela	H2O WALK HIGH ORE 20:45-21:30 Stefano ●		H2O MIX
S E R A	H2O MIX ORE 20:00-20:45 Luca	H2O STEP ORE 20:00-20:45 Tony	H2O CROSS 20:45-21:30 Stefano	H2O GYM ORE 20:00-20:45 Monica		CORSI SU PRENOTAZIONE	
		H2O GYM ORE 20:45-21:30 Tony					STEP

CORSI CON ATTREZZI

- H2O WALK
- H2O BIKE
- H2O CROSS
- H2O TRIATHLON
- H2O MIX

CORSI SENZA ATTREZZI

- STEP
- H2O FLOW
-
- H2O GYM

● CORSO IN ACQUA ALTA



Tel 0341 579189
oggiono@gestisport.com

OBBLIGO DI SCARPETTE PER TUTTI I CORSI CON LA BIKE

TUTTI I CORSI SONO SU PRENOTAZIONE - OBBLIGATORIO CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA