

# ATTIVITA' ACQUAFITNESS dal 11 settembre 2017

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN		
M A T T I N O	H2O GYM ORE 8:30 - 9:15 Tony		 ORE 8:30 - 9:15 Mauro	H2O GYM ORE 8:30 - 9:15 Monica		CORSI SU PRENOTAZIONE	
	H2O FLOW ORE 9:15-10:00 Tony ●	H2O FLOW ORE 9:00 - 9:45 Tony ●	H2O MIX ORE 9:30-10:15 Giovanna	H2O FLOW ORE 9:15 -10:00 Tony			CORSI CON ATTREZZI
	H2O WALK ORE 10:00 - 10:45 Tony			H2O WALK ORE 10:00-10:45 Tony			H2O WALK
P R A N Z O	 ORE 13:00-13:45 Alice	H2O GYM ORE 13:00-13:45 Tony	H2O TRIATHLON ORE 13:00-13:45 Giovanna	H2O STEP ORE 13:00-13:45 Tony	H2O WALK HIGH ORE 13:10-13:55 Stefano ●		CORSI SENZA ATTREZZI
	H2O WALK ORE 19:10-19:55 Stefano	H2O FLOW ORE 19:10-19:55 Tony ●	 ORE 19:10-19:55 Mauro	H2O GYM ORE 19:10-19:55 Monica	H2O GYM ORE 19:10-19:55 Giovanna		H2O BIKE
	H2O BIKE ORE 19:10-19:55 Luca	H2O MIX ORE 19:10-19:55 Stefano	H2O BIKE ORE 19:55-20:40 Tony	H2O WALK ORE 19:10-19:55 Angela	H2O CROSS 19:55 - 20:40 Giovanna		H2O CROSS
	H2O WALK ORE 19:55 - 20:40 Stefano	H2O BIKE ORE 19:55-20:40 Stefano	H2O WALK ORE 19:55-20:40 Stefano	H2O WALK ORE 19:55-20:40 Angela	H2O WALK HIGH ORE 20:40-21:25 Stefano ●		H2O TRIATHLON
S E R A	H2O MIX ORE 19:55-20:40 Luca	H2O STEP ORE 19:55-20:40 Tony	H2O CROSS 20:40-21:25 Stefano	H2O MIX ORE 19:55-20:40 Monica	H2O GYM ORE 20:40-21:25 Tony		H2O MIX
		H2O GYM ORE 20:40-21:25 Tony					H2O FLOW
							 H2O GYM
						● CORSO IN ACQUA ALTA	
						 Tel 0341 579189 oggiono@gestisport.com	

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