

Programma settimanale corsi Acquaticità e Acquafitness

BAMBINI Acquaticità e Nuoto Prescolare

	3/9 MESI	10/19 MESI	20/29 MESI	30/36 MESI	Tartaruga	Pesce Rosso	Rana	Delfino
LUNEDÌ	10:00 11:20 16:30 17:50	10:40 17:10 18:30	16:30 17:50		17:50 18:30	18:30	16:30	17:10
MARTEDÌ	17:10	16:30	17:50	16:30 18:30	17:50	17:10	17:10	16:30
MERCOLEDÌ	10:00 11:20 16:30	10:40 16:30	17:10 17:50	17:10 17:50	17:10		16:30 17:50	
GIOVEDÌ	16:30 17:10	16:30 17:50	11:20 17:10 18:30	18:30	17:10 17:50	16:30 17:50		
VENERDÌ	17:10 18:30	17:10	16:30	18:30	17:50	16:30 18:30	16:30 17:50	17:10
SABATO	09:40 11:40 15:40 16:20 17:40	09:00 10:20 11:00 11:40 15:00 16:20 17:00	09:00 10:20 12:20 15:40 17:40	09:40 11:00	10:20 12:20 15:40 17:00	09:40 11:00 17:00	11:40 17:40	09:00 16:20
DOMENICA	10:20	11:00	09:40 11:40	09:00 11:00	09:00	10:20	09:40 11:40	

ADULTI - MATTINA Acquafitness e Gestanti

ORA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
08:00	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym
08:40	Acquagym	Acquagym	Acqua Circuit	Acquagym	Acquagym
09:20	Acquagym	Acquagym	Hydrobike	Acquagym	Acquagym
11:10		Gestanti			
12:00	Hydrobike	Acquagym	Acquagym		Acquagym
12:40	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Hydrobike
13:20	Acquagym	Hydrobike	Hydrobike	Acquagym	Acqua Circuit

ADULTI - SERA Acquafitness

ORA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
18:40			Acquagym		
19:20	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym
20:00	Acquagym	Acquagym	Hydrobike	Acquagym	Acquagym
20:40	Acqua Circuit	Hydrobike			

Ogni turno di **Acquaticità e Nuoto Prescolare** dura 40 minuti e riunisce tre gruppi in contemporanea. I corsi di **Acquafitness** durano 40 minuti; **Gestanti** 50 minuti. Gli orari indicati sono di inizio turno. Per le variazioni chiedi in segreteria.