

ORARI BIKE

DAL 05 SETTEMBRE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:30-10:15	-	-	-	-	-	-
12:30-13:15	-	-	-	-	-	BIKE
12:45-13:30	BIKE	-	BIKE	-	BIKE	-
15:30-16:15	-	-	-	-	-	-
18:30-19:15	-	BIKE	BIKE	-	-	-
19:15-20:00	BIKE	-	-	BIKE	-	-



Le lezioni hanno durata di 45 minuti.

Per frequentare occorre avere un'iscrizione attiva.

Aver consegnato un certificato medico sportivo non agonistico.

I suddetti orari potrebbero subire variazioni volte a migliorare il servizio offerto.

ORARI ACQUAGYM

DAL 05 SETTEMBRE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:30-10:15	ACQUAGYM	ACQUA ALTA	ACQUADOLCE	ACQUA ALTA	ACQUAGYM	-
10:30-11:15	-	-	-	-	-	ACQUAGYM
12:45-13:30	-	ACQUA ALTA	-	ACQUAGYM	-	-
15:30-16:15	ACQUAGYM	ACQUAGYM	-	ACQUAGYM	-	-
18:30-19:15	-	-	-	ACQUAGYM	ACQUAGYM	-
19:15-20:00	-	ACQUAGYM	ACQUAGYM	-	-	-



Le lezioni hanno durata di 45 minuti.
 Per frequentare occorre avere un'iscrizione attiva.
 Aver consegnato un certificato medico sportivo non agonistico.
 I suddetti orari potrebbero subire variazioni volte a migliorare il servizio offerto.

ORARI CORSI TERRA

DAL 05 SETTEMBRE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10:30-11:15	GINNASTICA DOLCE	-	-	STRETCHING	-
12:45-13:30	-	-	FUNCTIONAL	-	-
18.30-19.15	-	-	-	-	-
18.45-19.15 (30")	-	ADDOMINALS	-	FITBALL	-
18:45-19:30	-	-	GAG	-	-
19.15-20.00	-	PILATES	-	YOGA	-
19:30-20:15	STEP	-	POSTURALE	-	-



*Se non diversamente specificato le lezioni hanno durata di 45 minuti.
Per frequentare occorre avere un'iscrizione attiva.
Aver consegnato un certificato medico sportivo non agonistico.
I suddetti orari potrebbero subire variazioni volte a migliorare il servizio offerto.*

NUOTO GUIDATO

DAL 12 SETTEMBRE

Lunedì

08:30-20:30

Martedì

08:30-20:30

Mercoledì

08:30-20:30

Giovedì

08:30-20:30

Venerdì

08:30-20:30

Sabato

09:00-17:30

Domenica

-



Per frequentare occorre la prenotazione anticipata .

Gli utenti senza prenotazione potranno frequentare a condizione che siano rimasti posti disponibili e previa prenotazione in reception.

I suddetti orari potrebbero subire variazioni volte a migliorare il servizio offerto.



SALA PESI



ORARIO ASSISTENZA

DAL 27/09 AL 08/10



LUNEDÌ 09.30/ 12.00 – 15.00/ 20.30

MARTEDÌ 09.30/ 14.30 – 16.30/ 18.30

MERCOLEDÌ 09.30/ 12.00 – 15.00/ 20.30

GIOVEDÌ 09.30/ 14.30 – 14.30/ 18.30

VENERDÌ 09.30/ 12.00 – 15.00/ 20.30

SABATO 09.00/ 12.00