

Corsi Fitness e Acquafitness - 3 agosto - 6 settembre 2020

Lunedì

Martedì

Mercoledì

Giovedì

Venerdì

Sabato

| Lunedì | | Martedì | | Mercoledì | | Giovedì | | Venerdì | | Sabato | |
|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|---------------------------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| INDOOR | PISCINA | INDOOR | PISCINA | INDOOR | PISCINA | INDOOR | PISCINA | INDOOR | PISCINA | INDOOR | PISCINA |
| 09.30 - 10.15 Ginnastica Dolce | | 09.30 - 10.15 Total Body | | | | 09.30 - 10.15 Ginnastica Dolce | | | | | |
| 10.30 - 11.15 Gag | | 10.30 - 11.15 Postural | | 10.00 - 10.45 Postural | | 10.30 - 11.15 Total Body | | 10.00 - 10.45 Walking | | 10.15 - 11.00 Total Body | |
| | 11.30 - 12.15 Acqua Gym | | 11.30 - 12.15 Hydro Running | 11.00 - 11.45 Gag | | | 11.30 - 12.15 Acqua Gym | | 11.00 - 11.45 Acqua Power | | 11.15 - 12.00 Hydro Bike |
| | 12.15 - 13.00 Hydro Bike | | 12.15 - 13.00 Acqua Power | | 12.00 - 12.45 Acqua Power | | 12.15 - 13.00 Hydro Bike | | 11.45 - 12.30 Hydro Running | | 12.00 - 12.45 Acqua Power |
| 17.00 - 17.45 Gag | | 17.00 - 17.45 Walking | | 17.00 - 17.45 Postural | | 17.00 - 17.45 Gag | | 17.00 - 17.45 Postural | | | |
| | 18.00 - 18.45 Hydro Bike | | 18.00 - 18.45 Acqua Power | | 18.00 - 18.45 Acqua Power | | 18.00 - 18.45 Hydro Bike | 18.00 - 18.45 Walking | | 10.15 - 11.00 Total Body | |
| 18.55 - 19.40 Walking | | 18.55 - 19.40 Total Body | | 18.55 - 19.40 Total Body | | 18.55 - 19.40 Walking | | | 19.00 - 19.45 Acqua Power | | 11.15 - 12.00 Acqua Power |
| | 19.45 - 20.30 Acqua Power | | 19.45 - 20.30 Hydro Running | | 19.45 - 20.30 Hydro Bike | | 19.45 - 20.30 Acqua Power | | | | 12.00 - 12.45 Hydro Bike |

Domenica

INDOOR PISCINA

| | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 10.15 - 11.00 Total Body | |
| | 11.15 - 12.00 Acqua Power |
| | 12.00 - 12.45 Hydro Bike |

Tutti i corsi sono a prenotazione. Chiusure: 14, 15, 16 agosto.