



Piscina Comunale
 Via Rodano,snc - 00054 Fiumicino
 Tel : 06/6589759 - Fax : 06/65028661
 E-mail : fiumicinonuoto@gmail.com
 www.sistemiperlosport.it



ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
9:00-9:45		A/GAG		A/GAG		A/GYM
9:30-10:15	A/GYM		A/GYM		A/GYM	DOMENICA
9:45-10:30						*C/WALKING
9:50-10:35		* C/BYKE		*C/WALKING		
10:15-11:00	A/GYM		A/TONE UP		A/GYM	
10:40-11:25						A/GYM
11:00-12:00		GESTANTI		GESTANTI		
11:10-11:55	*A/WALKING		A/CROSSFIT		*A/BYKE	
13:30-14:15	*A/BYKE	*A/WALKING	*C/WALKING	*A/BYKE	A/GYM	
14:15-15:00	A/CROSSFIT					
19:30-20:15	A/GYM	*A/BYKE	A/GAG	*C/WALKING	A/GYM	
20:20-21:05	*C/WALKING	A/GYM	*A/STEP	A/TONE UP	A/CROSSFIT	

NUOTO LIBERO ANTIMERIDIANO			NUOTO LIBERO SERALE		
Lun-Gio	7:30-9:45	10:45-15:00	Lun-Mar-Gio-Ven	20:30	22:00
Martedì	7:30-12:00	13:30-15:00	Mercoledì	18:30	21:30
Mer-Ven	07:30	15:00	Sabato	18:30	20:00
Sabato	7:30-9:00	11:45-15:00			
Domenica	08:00	13:00			

*La direzione si riserva di poter cambiare gli orari in qualsiasi momento
 * Prenotazione Obbligatoria : è possibile prenotare la lezione per i due giorni successivi
 SI RICHIEDE CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO