

	MATTINA			PAUSA PRANZO			SERA					
Lunedì	8.30 - 9.15 AQUAGYM Elisa Alta	9.30 - 10.15 AQUAGYM Elisa Alta	12.15 - 13.00 HYDROBIKE Elisa Bike	13.00 - 13.45 WATER RUNNING Elisa Ellittico		18.15 - 19.00 AQUAGYM Linda Sp. Alta	18.15 - 19.00 HYDROBIKE Jonathan Bike	19.05-19.50 AQUAFITNESS Jonathan Bassa step	19.05 - 19.50 HYDROBIKE Linda Sp. Bike	19.50 - 20.35 WATER RUNNING Linda Sp. Ellittico	19.50-20.35 AQUAGYM Jonathan Alta	20.35-21.20 HYDROBIKE Linda Sp. Bike
Martedì	9.30-10.15 HYDROBIKE Stefania Bike	10.15-11.00 WATER RUNNING Stefania Ellittico		12.45 - 13.45 ALTA TONIC Graciela Addom./Alta	13.45 - 14.30 AQUAGYM Graciela Alta	18.15 - 19.00 HYDROBIKE Linda Av. Bike	18.15-19.00 AQUAGYM Jonathan Alta	19.05-19.50 AQUAGYM Linda Av. Alta	19.05-19.50 AQUAFITNESS Giulia Bassa zumba	19.50 - 20.35 HYDROBIKE Giulia Bike		
Mercoledì	8.30-9.15 HYDROBIKE Elisa Bike	9.30 - 10.15 AQUAGYM Elisa Alta	12.15 - 13.00 HYDROBIKE Elisa Bike	13.00-13.45 AQUAGYM Elisa Alta/bassa	13.45 - 14.30 HYDROBIKE Elisa Bike	18.25-19.10 AQUAGYM Linda Sp. Alta	18.25-19.10 AQUAGYM Linda Sp. Alta	19.15-20.00 HYDROBIKE Giulia Bike	19.15-20.00 AQUA-SPEED Linda Sp. Alta	20.05 - 20.50 WATER RUNNING Linda Sp. Ellittico		20.50-21.35 HYDROBIKE Linda Sp. Bike
Giovedì	8.30 - 9.15 AQUAGYM Stefania Alta	9.30 - 10.15 AQUAGYM Stefania Alta	12.15-13.00 WATER RUNNING Elisa Ellittico	13.00- 13.45 HYDROBIKE Elisa Bike	13.45-14.30 AQUAFITNESS Elisa Bassa step	18.15 - 19.00 HYDROBIKE Linda Sp. Bike	18.15 - 19.00 HYDROBIKE Jonathan Alta	19.05-19.50 HYDROBIKE Jonathan Bike	19.05-19.50 AQUAFITNESS Linda Sp. Bassa step	19.50 - 20.35 HYDROBIKE Linda Sp. Bike		
Venerdì	8.30-9.15 HYDROBIKE Elisa Bike	9.30 - 10.15 AQUAGYM Elisa Alta		12.45 - 13.45 ALTA TONIC Elisa Addom./Alta	13.45 - 14.30 AQUAGYM Elisa Alta	18.15 - 19.00 HYDROBIKE Jonathan Bike	18.15 - 19.00 AQUA-SPEED Jonathan Alta	19.05-19.50 AQUA-SPEED Jonathan Alta	19.05-19.50 WATER RUNNING Linda Av. Ellittico	19.50 - 20.35 HYDROBIKE Linda Av. Bike		
Sabato	10.00 - 10.45 HYDROBIKE Giulia Bike	10.50-11.30 HYDROBIKE Giulia Bike										
Domenica	10.00 - 10.45 HYDROBIKE Giulia Bike	10.50-11.30 AQUAGYM Giulia Alta										

Gold
Basic

TIPOLOGIE DI ABBONAMENTO

GOLD: Tutte le attività in acqua - attività fitness - nuoto libero

GOLD MORNING: Tutte le attività in acqua - attività fitness - nuoto libero sino alle 14.30

BASIC: Tutte le attività fitness

Tesserà a punti: da consumarsi entro tre mesi, costo € 60,00 per 5 lezioni, € 90,00 per 10 lezioni; Quota associativa € 20,00

Modalità di pagamento: unica soluzione o rateale

Nella quota associativa è compresa l'assicurazione. Cauzione Card € 10,00.

Si richiede certificato medico.

NB: Prenotazione obbligatoria in tutti gli orari ENTRO il giorno precedente!!

Le lezioni durano 40 minuti effettivi.