

ACQUAFITNESS

CORSI MONOSETTIMANALI durata 45'

Lunedì:

| | dalle | alle | |
|---------------------|-------|-------|---------------|
| ginnastica in acqua | 08.30 | 09.15 | vasca piccola |
| acquantalgica | 09.15 | 10.00 | vasca piccola |
| acquagym | 12.45 | 13.30 | vasca piccola |
| acquantalgica | 13.30 | 14.15 | vasca piccola |
| acquagym | 18.35 | 19.20 | vasca piccola |
| acquabike | 19.25 | 20.10 | vasca piccola |
| | 20.15 | 21.00 | vasca piccola |
| water trekking | 21.05 | 21.50 | vasca piccola |

Martedì:

| | dalle | alle | |
|---------------------|-------|-------|---------------|
| acquantalgica | 07.00 | 07.45 | vasca piccola |
| | 07.45 | 08.30 | vasca piccola |
| | 08.30 | 09.15 | vasca piccola |
| acquagym | 08.30 | 09.15 | vasca grande |
| ginnastica in acqua | 09.15 | 10.00 | vasca piccola |
| attività over | 10.00 | 10.45 | vasca piccola |
| water trekking | 12.40 | 13.25 | vasca piccola |
| acquantalgica | 13.30 | 14.15 | vasca piccola |
| | 14.15 | 15.00 | vasca piccola |
| idrokinestoterapia | 13.30 | 15.00 | vasca piccola |
| acquagym | 18.35 | 19.25 | vasca piccola |
| multifitness | 19.25 | 20.10 | vasca piccola |
| acquabike | 20.15 | 21.00 | vasca piccola |
| acqua circuit | 21.00 | 21.45 | v.g. e v.p. |

Mercoledì:

| | dalle | alle | |
|---------------|-------|-------|---------------|
| acquabike | 07.45 | 08.30 | vasca piccola |
| acquantalgica | 08.35 | 09.20 | vasca piccola |
| acquabike | 18.45 | 19.30 | vasca piccola |
| acquagym | 19.35 | 20.20 | vasca piccola |
| multifitness | 20.25 | 21.10 | vasca piccola |

Giovedì:

| | dalle | alle | |
|---------------------|-------|-------|---------------|
| ginnastica in acqua | 08.30 | 09.15 | vasca piccola |
| acquagym | 12.45 | 13.30 | vasca piccola |
| ginnastica in acqua | 13.30 | 14.15 | vasca piccola |
| acquantalgica | 14.15 | 15.00 | vasca piccola |
| acquagym plus | 18.00 | 19.20 | vasca piccola |
| acquagym | 18.35 | 19.20 | vasca piccola |
| multifitness | 19.25 | 20.10 | vasca piccola |
| acquabike | 20.15 | 21.00 | vasca piccola |
| water trekking | 21.05 | 21.50 | vasca piccola |

Venerdì:

| | dalle | alle | |
|---------------------|-------|-------|---------------|
| acquantalgica | 07.00 | 07.45 | vasca piccola |
| | 07.45 | 08.30 | vasca piccola |
| | 08.30 | 09.15 | vasca piccola |
| acquagym | 08.30 | 09.15 | vasca grande |
| ginnastica in acqua | 09.15 | 10.00 | vasca grande |
| acquabike | 12.40 | 13.25 | vasca piccola |
| acquantalgica | 13.30 | 14.15 | vasca piccola |
| | 14.15 | 15.00 | vasca piccola |
| idrokinestoterapia | 13.30 | 15.00 | vasca piccola |
| acquabike | 18.35 | 19.25 | vasca piccola |
| acquantalgica | 19.40 | 20.25 | vasca piccola |

Sabato:

| | dalle | alle | |
|---------------|-------|-------|---------------|
| acquantalgica | 08.00 | 08.45 | vasca piccola |
| acquagym | 08.15 | 09.00 | vasca grande |
| openbike | 12.15 | 13.00 | vasca piccola |

Domenica:

| | dalle | alle | |
|-----------|-------|-------|---------------|
| open bike | 09.00 | 09.45 | vasca piccola |

Novità 2017-2018
ACQUAGYM PLUS!
 prova il giovedì alle 18.00

PREZZI

| | |
|----------------------------|----------|
| Acquafitness 8 lezioni | € 65,00 |
| Abbonamento OPEN 8 lezioni | € 75,00 |
| Acquafitness 16 lezioni | € 120,00 |
| Acquagym plus 8 lezioni | € 80,00 |

più quota di iscrizione annua