



CORSI PISCINA

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00-10:00	ACQUAFIT	ACQUAFIT	ACQUAFIT	ACQUAFIT	09:30 -10:30 ACQUAFIT	
10:00-11:00		ACQUAFIT		ACQUAFIT		10:30-11:30 ACQUA-zumba
14:00-15:00	ACQUAFIT	ACQUAFIT		ACQUAFIT	ACQUAFIT	ACQUA-zumba
15:00-16:00	NUOTO ADULTI PRINCIPIANTI	ACQUAFIT	NUOTO ADULTI PRINCIPIANTI		ACQUAFIT	
16:00-17:00	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BN JUNIOR 3 - 4 ANNI BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BN JUNIOR 3 - 4 ANNI BABY NUOTO DA 4 ANNI
17:00-17:30	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	NUOTO NEONATALE 6 - 12 MESI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BN JUNIOR 3 - 4 ANNI BABY NUOTO DA 4 ANNI
17:30-18:00			NUOTO NEONATALE 12 - 24 MESI			
18:00-18:30	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BN JUNIOR 3 - 4 ANNI BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	BABY NUOTO DA 4 ANNI	NUOTO NEONATALE 6 - 12 MESI
18:30-19:00						NUOTO NEONATALE 12 - 24 MESI
19:00-20:00	ACQUAFIT		ACQUAFIT			
19:30-20:30		ACQUA-kombat		ACQUA-kombat	ACQUAFIT	
20:00-21:00	ACQUAFIT		ACQUAFIT			
20:30-21:30		ACQUAFIT		ACQUAFIT	ACQUA G.A.G.	
21:00-22:00	ACQUA-G.A.G.		ACQUA-G.A.G.			

ARTI MARZIALI E DISCIPLINE ORIENTALI

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00-11:00		ORE 9:00 - 10:30 HATHA YOGA		ORE 9:00 - 10:30 HATHA YOGA		
16:00-17:00						KARATE agonisti
17:00-18:00		16:45-17:45 KARATE preagonisti (da 4 anni)		16:45-17:45 KARATE preagonisti (da 4 anni)		KARATE preagonisti (4-11 anni)
18:00-19:00	MUAY THAI KID 6-16 anni	KARATE preagonisti (da 4 anni)	MUAY THAI KID 6-16 anni	KARATE preagonisti (da 4 anni)	MUAY THAI KID 6-16 anni	
19:00-20:00	MUAY THAI KID 6-16 anni	19:15-20:15 KARATE preagonisti (da 4 anni) ORE 19:00-21:00 YOGA	MUAY THAI KID 6-16 anni	19:15-20:15 KARATE preagonisti (da 4 anni) ORE 19:00-21:00 YOGA	MUAY THAI KID 6-16 anni	
20:00-21:00	MUAY THAI	ore 20:30-22:00 KARATE agonisti	MUAY THAI	ore 20:30-22:00 KARATE agonisti	MUAY THAI	
21:00-22:00	MUAY THAI		MUAY THAI		MUAY THAI	

corsi di danza classica

ANNI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
.4-5			ore 16:30 - 17:30 DANZA CLASSICA	ore 16:30 - 17:30 DANZA CLASSICA		
.6-8	ore 17:30 - 18:30 DANZA CLASSICA				ore 17:00 - 18:00 DANZA CLASSICA	
.9-11	ore 19:30 - 20:30 DANZA CLASSICA				ore 19:00 - 20:00 DANZA CLASSICA	
.12-14			ore 18:30 - 20:00 DANZA CLASSICA	ore 17:30 - 19:00 DANZA CLASSICA		
15 in poi			ore 18:30 - 20:00 DANZA CLASSICA		ore 20:00 - 21:30 DANZA CLASSICA	

corsi di danza moderna

ANNI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
.6-11	ore 18:30 - 19:30 DANZA MODERNA				ore 18:00 - 19:00 DANZA MODERNA	
12 in poi			ore 20:00 - 21:30 DANZA MODERNA			ore 15:30 - 17:00 DANZA MODERNA



CORSI FITNESS

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:30-09:30	GRAVITY				GRAVITY	
09:00-10:00		PILATES		PILATES		
		WALKING		WALKING		
09:30-10:30	PILATES		PILATES		PILATES	
10:00-11:00		G.A.C.		G.A.C.		
		WALKING		WALKING		
10:30-11:30	BODY FIT		BODY FIT		BODY FIT	
11:00-12:00		FISIOGYM		FISIOGYM		
		GRAVITY		GRAVITY		
13:00-14:00		MILITARY FITNESS		MILITARY FITNESS		
13:45-14:45		SPINNING		SPINNING		
14:00-15:00	PILATES	KOMBAT	PILATES	KOMBAT	PILATES	
	PUMP	BODY SCULPT	PUMP	BODY SCULPT	PUMP	
		GRAVITY		GRAVITY		
16:00-17:00		FISIOGYM		FISIOGYM		ore 16:30 - 19:30 KENDRO MUSICAL 4- 6 anni 7- 9 anni 10-13 anni
17:00-18:00	PILATES		PILATES		PILATES	
	G.A.C.		G.A.C.		G.A.C.	
	GRAVITY				GRAVITY	
18:00-19:00	BODY SCULPT	ZUMBA	BODY SCULPT	ZUMBA	BODY SCULPT	
		PILATES	GRAVITY	PILATES	GRAVITY	
19:00-20:00	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	PILATES	
	TOTAL BODY	G.A.C.	TOTAL BODY	G.A.C.	TOTAL BODY	
	WALKING		WALKING		WALKING	
	GRAVITY		GRAVITY			
19:30-20:30		SPINNING		SPINNING		
20:00-21:00	KOMBAT	PILATES	KOMBAT	PILATES	KOMBAT	
	PUMP	BODY SCULPT	PUMP	BODY SCULPT	PUMP	
	WALKING		WALKING			
	GRAVITY		GRAVITY			
20:30-21:30		SPINNING		SPINNING		
21:00-22:00	BODY FLEX	ZUMBA	BODY FLEX	ZUMBA	BODY FLEX	
	MILITARY FITNESS	PUMP		PUMP	MILITARY FITNESS	
	WALKING		WALKING		WALKING	