

ORARI ATTIVITA' STAGIONE 2024/25

| ORARI ATTIVITA' STAGIONE 2024/25 | | | | | | |
|----------------------------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------|----------------------------|---|-------------------------|
| LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' | SABATO | DOMENICA |
| | 08:45 PILATES | | 08:45 TOTAL BODY | | 08:45 PILATES | |
| 09:30 GESTANTI | | 09:00 STRETCH MOBILITA' | | 09:00 MOVIDA | | |
| | 09:45 AQUA GYM | 09:30 GESTANTI | 09:45 PILATES | 09:45 AQUA GYM | 09:30 AQUA GYM | 09:30 NUOTO BAMBINI |
| 10:30 NUOTO ADULTI | 10:30 PUMP | 10:00 FUNCTIONAL TRAINING | 10:30 NUOTO ADULTI | 10:00 STRETCH MOBILITA' | 10:30 NUOTO ADULTI | 10:15 NUOTO BAMBINI |
| | | | | | | 10:30 BIKING PROGRAM |
| | 13:00 PILATES | NOVEMBRE 13:00 MOVIDA | 13:30 AQUA GYM | | 13:00 PILATES | 11:00 NUOTO BAMBINI |
| 13:30 AQUA GYM | | | | 13:30 AQUA GYM | | 11:30 BIKING PROGRAM |
| | | | | | SABATO NUOTO LIBERO DALLE 8:00 ALLE 14:00 | |
| 15:00 NUOTO RAGAZZI | | 15:30 PILATES | 15:00 NUOTO RAGAZZI | 15:00 NUOTO RAGAZZI | | |
| | 16:00 STRETCH MOBILITA' | | NOVEMBRE 16:00 MOVIDA | 16:00 NUOTO RAGAZZI | | |
| 16:15 NUOTO BAMBINI | 16:15 NUOTO BAMBINI | 16:15 NUOTO BAMBINI | 16:15 NUOTO BAMBINI | 16:15 NUOTO BAMBINI | 16:15 NUOTO BAMBINI | |
| 17:00 NUOTO BAMBINI | 17:00 TOTAL BODY | 16:30 G.A.G. 30' | 17:00 PILATES | 16:15 NUOTO RAGAZZI | 16:15 NUOTO BAMBINI | |
| 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:00 CORE 30' | 17:00 PILATES | 16:15 STRETCH MOBILITA' | 17:00 NUOTO BAMBINI | |
| | 18:15 SUPER | 17:30 TOTAL BODY | 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:00 PUMP | 17:00 NUOTO BAMBINI | 17:00 TOTAL BODY |
| | 18:30 AQUA GYM | 18:00 NUOTO RAGAZZI | 18:00 NUOTO BAMBINI | 18:00 TOTAL BODY | 17:45 NUOTO BAMBINI | |
| 18:30 AQUA GYM | 18:45 ZUMBA | 18:30 AQUA GYM | 18:30 AQUA GYM | 18:00 BODY | 18:00 NUOTO BAMBINI | 18:00 PILATES |
| 19:15 NUOTO ADULTI | 19:15 NUOTO ADULTI | 18:30 BIKING PROGRAM | 18:30 STRETCH MOBILITA' 30' | 18:45 ZUMBA | 18:30 AQUA GYM | 19:00 REEJAM |
| | 19:30 BIKING PROGRAM | 19:15 NUOTO ADULTI | 19:15 AQUA GYM | 19:30 BIKING PROGRAM | | |
| | | 19:30 AQUA GYM | 19:30 BIKING PROGRAM | | | |

DOMENICA
NUOTO
LIBERO DALLE
8:30 ALLE
12:30

NUOTO LIBERO DAL LUNEDI' AL GIOVEDI' DALLE 6:30 ALLE 20:00 - VENERDI' DALLE 6:30 ALLE 19:00