

ORARI ATTIVITA' STAGIONE 2024/25

| LUNEDI' | MARTEDI' | MERCOLEDI' | GIOVEDI' | VENERDI' | SABATO | DOMENICA | |
|---------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|---|---|----------------------------|
| | | | | | | | |
| | 08:45 PILATES | | 08:45 TOTAL BODY | | 08:45 PILATES | DOMENICA NUOTO LIBERO DALLE 8:30 ALLE 12:30 | |
| 09:30 GESTANTI | | 09:00 STRETCH MOBILITA' | | 09:00 MOVIDA | 09:30 NUOTO | | |
| | 09:45 AQUA GYM | 10:00 FUNCTIONAL TRAINING | 09:30 GESTANTI | | 09:30 AQUA GYM | | 10:15 NUOTO |
| 10:30 NUOTO ADULTI | 10:30 PUMP | | 10:30 NUOTO ADULTI | | 10:30 BAMBINI | | 10:30 BIKING PROGRAM |
| | | | | 10:30 NUOTO ADULTI | DALL E 9:00 | | 11:00 NUOTO |
| | 13:00 PILATES | NOVEMBRE 13:00 MOVIDA | | 13:00 PILATES | | | 11:30 BIKING PROGRAM |
| 13:30 AQUA GYM | | 13:30 AQUA GYM | | 13:30 AQUA GYM | SABATO NUOTO LIBERO DALLE 8:00 ALLE 14:00 | | |
| | | | | 15:00 NUOTO RAGAZZI | | | |
| 15:00 NUOTO RAGAZZI | | 15:30 PILATES | | 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 | | |
| 17:00 NUOTO BAMBINI | 17:00 NUOTO BAMBINI | 17:00 CORE 30' | 17:00 NUOTO BAMBINI | 16:15 STRETCH MOBILITA' | 17:00 NUOTO BAMBINI | | |
| 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:30 BAMBINI | 17:45 NUOTO BAMBINI | 17:00 PUMP | 17:00 NUOTO BAMBINI | 17:00 TOTAL BODY | |
| | 18:15 SUPER | 18:00 TOTAL BODY | 17:45 NUOTO BAMBINI | 18:00 NUOTO BAMBINI | 17:45 NUOTO BAMBINI | | |
| | 18:30 AQUA GYM | 18:30 NUOTO RAGAZZI | 18:00 CORE 30' | 18:00 TOTAL BODY | 18:00 NUOTO BAMBINI | 18:00 PILATES | |
| 18:30 AQUA GYM | 18:45 ZUMBA | 18:30 AQUA GYM | 18:30 AQUA GYM | 18:30 BODY | 18:30 AQUA GYM | | |
| 19:15 NUOTO ADULTI | 19:15 NUOTO ADULTI | 18:30 BIKING PROGRAM | 18:30 STRETCH MOBILITA' 30' | 18:45 ZUMBA | 19:00 REEJAM | | |
| | 19:15 AQUA GYM | 19:15 NUOTO ADULTI | 19:15 NUOTO ADULTI | 19:30 BIKING PROGRAM | | | |
| | 19:30 BIKING PROGRAM | | 19:30 AQUA GYM | | | | |

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