

ORARI DEI CORSI PER ADULTI STAGIONE SPORTIVA 2018/2019

TIPOLOGIA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
AQUAFITNESS	<ul style="list-style-type: none"> • 19:00 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 	<ul style="list-style-type: none"> • 12:30 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 	<ul style="list-style-type: none"> • 19:30 	
AQUAFITNESS ACQUA ALTA			<ul style="list-style-type: none"> • 12:30 	<ul style="list-style-type: none"> • 19:15 		
AQUAMIX	<ul style="list-style-type: none"> • 12:30 		<ul style="list-style-type: none"> • 9:00 	<ul style="list-style-type: none"> • 13:15 		
AQUAPOWER	<ul style="list-style-type: none"> • 9:30 	<ul style="list-style-type: none"> • 13:15 	<ul style="list-style-type: none"> • 19:30 		<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 	
HYDROBIKE	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 • 9:30 • 11:00 • 13:15 • 19:45 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:45 • 13:15 • 19:15 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:15 • 9:00 • 20:15 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:45 • 13:15 • 19:15 	<ul style="list-style-type: none"> • 8:00 • 8:45 • 12:45 • 18:45 	<ul style="list-style-type: none"> • 12:45
HYDROFIT Durata: 60 minuti		<ul style="list-style-type: none"> • 20:00 		<ul style="list-style-type: none"> • 20:00 		
FLOAT FIT Durata: 30 minuti	<ul style="list-style-type: none"> • 7:30 • 19:45 • 20:15 		<ul style="list-style-type: none"> • 7:30 • 13:00 • 20:00 		<ul style="list-style-type: none"> • 13:15 • 19:00 	
REAX AQUA PILATES	<ul style="list-style-type: none"> • 11:45 			<ul style="list-style-type: none"> • 14:00 		

ORARI DEI CORSI PER ADULTI STAGIONE SPORTIVA 2018/2019

TIPOLOGIA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
NUOTO ADULTI Mono o bisettimanale	LIVELLO 6 • 8:45				LIVELLO 6 • 8:45
ACQUATICITÀ IN GRAVIDANZA	• 11:45		• 11:45		
GINNASTICA POSTURALE	• 10:15		• 10:15 (esclusivo per donne)		
SIRENA ADULTI I periodo: sett-nov II periodo: mar-mag 10 lezioni a periodo					• 18:00

Le lezioni durano 45 minuti. In caso di carnet a ingressi è richiesta la **prenotazione** con **disdetta** almeno un giorno prima. **Quota associativa annuale 36€**. Sconto famiglia per i corsi: 5% per il secondo componente, 10% dal terzo. Sconto del 10% per over 65. Sconti non cumulabili. Per iscrizione obbligatorio certificato medico per attività sportiva non agonistica.