

ORARI SEGRETERIA

LUNEDI'	
MARTEDI'	dalle 8.00 alle 13.30
MERCOLEDI'	dalle 15.00 alle 20.30
GIOVEDI'	
VENERDI'	
SABATO	dalle 8.00 alle 18.00
DOMENICA	dalle 8.00 alle 12,30

TARIFFE E ORARI NUOTO LIBERO

INGRESSO SINGOLO € 6,00

LUNEDI'	8.15-17.15
MARTEDI'	8.15-17.15
MERCOLEDI'	8.15-20.30
GIOVEDI'	8.15-17.15
VENERDI'	8.15-17.15
SABATO	8.15-18.00
DOMENICA	8.15-13.00

TARIFFE E ORARI NUOTO ASSISTITO

10 INGRESSI IN 4 MESI	€ 50,00
20 INGRESSI IN 6 MESI	€ 90,00
30 INGRESSI IN 9 MESI	€ 120,00
40 INGRESSI IN 12 MESI	€ 155,00
ABBONAMENTO SEMESTRALE	€ 200,00
ABBONAMENTO ANNUALE	€ 350,00

LUNEDI'	6.30-17.15 e (21.00-22.00)
MARTEDI'	6.30-17.15 e 21.00-22.00
MERCOLEDI'	6.30-22.00
GIOVEDI'	6.30-17.15 e (21.00-22.00)
VENERDI'	6.30-17.15 e 21.00-22.00
SABATO	8.15-18.00
DOMENICA	8.15-13.00

LA DIREZIONE SI RISERVA LA POSSIBILITA' DI MODIFICARE I CORSI IN BASE ALLE NECESSITA'.

SEGRETERIA - NUOTO ASSISTITO

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	8.15-9.00	8.00-8.45		8.15-9.00	8.00-8.45
9.00-9.45	9.00-9.45	9.00-9.45	9.00-9.45	9.00-9.45	9.00-9.45
9.45-10.30	9.45-10.30		9.45-10.30	9.45-10.30	
	10.30-11.15			10.30-11.15	
	18.45-19.30			18.45-19.30	
	20.15-21.00			20.15-21.00	

□ ACQUANTALGICA PRINCIPIANTI/AVANZATI - ACQUA ALTA

■ ACQUANTALGICA BASE - ACQUA BASSA

BISSETTIMANALE: € 6,75 a lez. da 45' ISCRIZIONE MENSILE

MONOSETTIMANALE: € 7,50 a lez. da 45' ISCRIZIONE MENSILE

PRENOTA UNA LEZIONE GRATUITA PER VALUTARE L'ATTIVITA' PIU' IDONEA ALLE TUE ESIGENZE !

ACQUANTALGICA

PREPARAZIONE AL PARTO

ISCRIZIONE MENSILE lez. da 60'

€ 8,00 a lezione BISSETTIMANALE

€ 9,00 a lezione MONOSETTIMANALE

*LEZIONE DEL SABATO DA 45' a € 8,50

LUNEDI' dalle 10.30 alle 11.30

MERCOLEDI' dalle 18.45 alle 19.45

GIOVEDI' dalle 10.30 alle 11.30

*SABATO dalle 09.45 alle 10.30

CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO

UN'ATTIVITA' FISICA IN UN AMBIENTE CHE OFFRE ALLE FUTURE MAMME UN IMMEDIATO BENESSERE, PRIVILEGIANDO IL MIGLIORAMENTO DELLA CONOSCENZA DEL PROPRIO CORPO E IL RILASSAMENTO

ACQUATICITA' (DAI 3 MESI AI 3 ANNI)

ISCRIZIONE MENSILE lez. da 45'

€ 7,50 a lezione BISSETTIMANALE

€ 8,50 a lezione MONOSETTIMANALE

LUNEDI' dalle 10.30 alle 11.15

MERCOLEDI' dalle 18.00 alle 18.45

GIOVEDI' dalle 10.30 alle 11.15

SABATO dalle 9.00 alle 09.45 (dai 2anni ai 3 anni)

dalle 9.45 alle 10.30 (dai 12mesi ai24mesi)

dalle 10.30 alle 11.15(dai 3mesi ai 12 mesi)

LA DISINVOLTURA E L'ABILITA' CHE DIMOSTRANO I BAMBINI A CONTATTO CON L'ACQUA STUPISCE E CI LASCIA INCANTATI'

PREPARAZIONE AL PARTO - ACQUATICITA'

AQUAFITNESS

INGRESSO SINGOLO SOLO PER CORSISTI € 10,00

* AQUAGYM - AQUAGAG € 7,00 a lez.

* RUN&BIKE - SPONGEGYM- POWERFIT - da 45 min. € 7,50 a lez.

* RUN&BIKE - CIRCUITO da 55 min. € 8,00 a lez.

ISCRIZ. MENSILE SIA PER CORSO MONOSETTIMANALE CHE BISSETTIMANALE

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
7.00 - 7.45 AQUAGAG	7.00 - 7.45 RUN & BIKE	7.00 - 7.45 AQUAGYM	7.00 - 7.45 MIX	7.00 - 7.45 RUN & BIKE	
	8.15 - 9.00 AQUAGAG			8.15 - 9.00 AQUAGAG	
9.00 - 9.45 AQUAGYM	9.00 - 9.45 AQUAGYM		9.00 - 9.45 AQUAGYM	9.00 - 9.45 AQUAGYM	
9.45 - 10.30 POWERFIT	9.45 - 10.30 CIRCUITO	9.45 - 10.30 AQUAGAG	9.45 - 10.30 POWERFIT	9.45 - 10.30 CIRCUITO	10.30 - 11.15 AQUAGYM
	12.45 - 13.30 AQUAGAG		12.45 - 13.30 RUN & BIKE		

PAUSA PRANZO PAUSA PRANZO PAUSA PRANZO

16.30 - 17.15 AQUAGAG	16.30 - 17.15 AQUAGAG	16.30 - 17.15 AQUAGAG	16.30 - 17.15 AQUAGAG	16.30 - 17.15 AQUAGAG	16.30 - 17.15 AQUAGAG
	17.15 - 18.00 AQUAGAG			17.15 - 18.00 AQUAGAG	
18.15 - 19.10 RUN & BIKE	18.15 - 19.00 SPONGEGYM		18.15 - 19.10 RUN & BIKE	18.15 - 19.00 SPONGEGYM	
18.45 - 19.30 AQUAGAG	19.00-19.55 RUN & BIKE		18.45 - 19.30 AQUAGAG	19.00-19.55 RUN & BIKE	
19.15- 20.10 RUN & BIKE	19.30 - 20.15 AQUAGAG		19.15- 20.10 RUN & BIKE	19.30 - 20.15 AQUAGAG	
20.15 - 21.10 CIRCUITO	20.00 - 20.55 CIRCUITO	19.45 - 20.40 RUN & BIKE	20.15 - 21.10 CIRCUITO	20.00 - 20.55 CIRCUITO	
21.15 - 22.00 SPONGEGYM			21.15 - 22.00 SPONGEGYM		

ACQUA ALTA: ■ ■

OGNI DOMENICA LEZIONE PROMO DI AQUAFITNESS A 6 EURO DALLE 10.30 ALLE 11.15!

AQUAFITNESS