	Lunedi	Martedi	Mercoledi	Giovedi	Venerdi	Sabato	
09.30	Stretching Dinamico	Posturale	Pilates	Ginnastica Dolce	Posturale	Pilates	09.30
10.30	Pilates		Body Sculpt	Pilates	Cardio & Tone		10.30
10.30						Walking	10.30
11.20							11.20
13.30		Pilates			Pilates		13.30
13.30			TRX Pilates				13.30
15.30							15.30
16.30		Judo Kids		Judo Kids			16.30
16.30		Antigravity					16.30
17.30							17.30
17.30	Circuit Pilates		Corpo Libero		Dynamic Pilates		17.30
17.30	GAG				Body Sculpt		17.30
18.20		Cross-Box	Step & Tone	Cross-Box			18.20
18.20	Upper & Lower	Zumba		Zumba	Step & Tone		18.20
18.20	Walking				Walking		18.20
18.20	TRX	Posturale	Tabata Hiit	Posturale			18.20
19.10	Pilates	Group Cycling	Functional Training	Group Cycling	Circuit Pilates		19.10
19.10	Fit&Boxe		Walking		TRX		19.10
19.10		Pump Tone	Pilates	Pump Tone			19.10
20.00							20.00
20.00		BJJ/MMA		BJJ/MMA			20.00

(Le colonne a lato indicano gli orari di inizio delle lezioni che hanno durata di 50')

NOTE:

	Lunedi	Martedi	Mercoledi	Giovedi	Venerdi	Sabato	
08.00							08.00
09.00		Nuoto Libero			Nuoto Libero	Nuoto Libero	09.00
09.30							09.30
10.00						Scuola Nuoto Bimbi	10.00
10.30	Nuoto Libero	Ginnastica Dolce in acqua	Nuoto Libero	Nuoto Libero	Ginnastica Dolce in acqua		10.30
11.00							11.00
11.20		Acqua Tone			Acqua Circuit		11.20
12.00							12.00
12.10						Nuoto Libero	12.10
13.30	Acqua Fit		Walk Tone	Acqua Tone			13.30
14.20							14.20
16.30	Scuola Nuoto Bimbi	Scuola Nuoto Bimbi	Scuola Nuoto Bimbi	Scuola Nuoto Bimbi	Scuola Nuoto Bimbi	Scuola Nuoto Bimbi	16.30
17.20							17.20
18.10							
19.00	S.N. Adulti			S.N. Adulti			
19.10	Acqua Walking	Acqua Aerobic	Acqua Coreo	Acqua Walking			
20.00	Acqua Fit	Walk Power	Acqua Tone				
21.30	Nuoto Libero	Nuoto Libero	Nuoto Libero	Nuoto Libero	Nuoto Libero		

LEGENDA CORSI

CARDIO | EQUILIBRIO | CORSI SPECIFICI | TONIFICAZIONE | ACQUA | ACQUA SPECIAL | SCUOLA NUOTO | CORSI KIDS

NOTE:

ORARI DI APERTURA
Lunedi-Mercoledi-Venerdi 7.00-22.00
Martedi-Giovedi 8.00-22.00
Sabato 08.00-19.00

CHIUSURE
7-8 Dicembre, 24-25-26-31 Dicembre, 1-2-6-14 Gennaio, Lunedi di Pasqua, 1 Maggio, 2 Giugno, dal 9 al 21 Agosto.

UNIQUE
FITNESS & SALUTE