

TIME TABLE 2020 - 2021

*SCUOLA NUOTO BABY 3-5 anni

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
16:00 - 16:50	LU-GI / MA-VE / ME-SA	P	50'

*SCUOLA NUOTO 6-12 ANNI / 12-18 ANNI

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
16:50 - 17:40	LU-GI / MA-VE / ME-SA	P/G	50'
17:40 - 18:30	LU-GI / MA-VE / ME-SA	P/G	50'
18:30 - 19:20	LU-GI / MA-VE / ME-SA	P/G	50'

*PERFEZIONAMENTO ADULTI

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
8:00 - 14:00	LU-MA-ME-GI-VE-SA	G	60'
16:00 - 16:50	LU-MA-ME-GI-VE-SA	G	50'
16:50 - 17:40	LUN-MER-GIO	G	50'
17:40 - 18:30	LU-MA-ME-GI-VE-SA	G	50'
18:30 - 19:20	MER-SAB	G	50'
19:20 - 20:10	LU-MA-ME-GI-VE	G	50'
20:10 - 21:00	LU-MA-ME-GI-VE	G	50'
21:00 - 21:50	LU-MA-GI-VE	G	50'

*APPRENDIMENTO ADULTI

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
10:00 - 11:00	MAR-GIO	P	60'
19:20 - 20:10	LU-ME-VE	P	50'
20:10 - 21:00	LU-ME-VE	P	50'

*NUOTO LIBERO

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
8:00 - 14:00	LU-MA-ME-GI-VE-SA	G	60'
19:20 - 20:10	LU-MA-ME-GI-VE	G	50'
20:10 - 21:00	LU-MA-ME-GI-VE	G	50'
21:00 - 21:50	LU-MA-GI-VE	G	50'

**HYDROBIKE

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
8:30 - 09:15	MA-GI-SA	G	45'
09:20 - 10:05	LU-ME-VE	G	45'
10:10 - 10:55	LU-ME-VE	G	45'
11:00 - 11:45	MA-GI-SA	G	45'
15:00 - 15:45	LU-ME-VE	G	45'
16:00 - 16:50	MA-GI-SA	G	45'
16:50 - 17:40	LU-ME-VE	G	45'
17:40 - 18:30	LU-ME-VE	G	45'
18:30 - 19:20	MAR-GIO	G	45'
19:20 - 20:10	MAR-GIO	G	45'
20:10 - 21:00	LU-ME-VE	G	45'
21:00 - 21:50	LUN-GIO	G	45'

**AQUAFUN MIX (Boxe-Circuit-Gym-Jump-Pole)

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
09:20 - 10:05	MA-GI-SA	G	45'
10:10 - 10:55	MA-GI-SA	G	45'
11:00 - 11:45	LU-ME-VE	G	45'
16:00 - 16:50	LU-ME-VE	G	45'
16:50 - 17:40	MA-GI-SA	G	45'
17:40 - 18:30	MA-GI-SA	G	45'
18:30 - 19:20	LU-ME-VE	G	45'
19:20 - 20:10	LU-ME-VE	G	45'
20:10 - 21:00	MAR-GIO	G	45'

**WD FUNCTIONAL

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
09:20 - 10:05	LU-ME-VE	P	45'
15:00 - 15:45	MAR-GIO	P	45'
21:00 - 21:50	LUN-GIO	P	45'

**WATER PILATES

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
8:30 - 09:15	LU-ME-VE	P	45'
21:00 - 21:50	MER-VER	P	45'

AGONISTICA

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
RAGAZZI & ASSOLUTI			
14:00 - 16:00	LU-MA-ME-GI-VE-SA	G	120'
ESORDIENTI A			
14:15 - 16:00	LU-MA-ME-GI-VE	G	105'
ESORDIENTI B			
14:15 - 15:45	LU-MA-ME-GI-VE	G	90'
PROPAGANDA 2001-2009			
19:20 - 20:10	MAR-GIO	G	50'
15:20 - 16:50	SABATO	G	90'
PROPAGANDA 2010-2011			
15:40-16:50	LU-ME-GI	G	70'
PROPAGANDA 2010-2011			
15:45 - 16:50	MA-ME-VE	G	65'
MASTER OVER 25			
13:00 - 14:30	MAR-GIO	G	90'
20:10 - 21:40	LU-MA-GI-VE	G	90'

**NEONATALE

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
10:20 - 11:00	MERCOLEDI	P	40'
10:00 - 10:40	SABATO	P	40'
10:40 - 11:20	SABATO	P	40'

**GESTANTI

ORARIO	GIORNI	VASCA	DURATA
11:20 - 12:20	SABATO	P	60'

* Attività solo su prenotazione

** Attività solo su prenotazione minimo 4 partecipanti

KIRANCLUB
SPORT AND FAMILY

TIME TABLE - Aqua Fun - Vasca Grande dal 28 settembre

	8:30	9:20	10:10	11:00	15:00	16:00	16:50	17:40	18:30	19:20	20:10	21:00
	9:15	10:05	10:55	11:45	15:45	16:45	17:35	18:25	19:15	20:05	20:55	21:45
Lunedì		BIKE	BIKE	GYM	BIKE	JUMP	BIKE	BIKE	CIRCUIT	GYM	BIKE	BIKE
Martedì	BIKE	BOXE	CIRCUIT	BIKE		BIKE	POLE	BOXE	BIKE	BIKE	JUMP	
Mercoledì		BIKE	BIKE	GYM	BIKE	JUMP	BIKE	BIKE	CIRCUIT	GYM	BIKE	
Giovedì	BIKE	BOXE	CIRCUIT	BIKE		BIKE	POLE	BOXE	BIKE	BIKE	JUMP	BIKE
Venerdì		BIKE	BIKE	GYM	BIKE	JUMP	BIKE	BIKE	CIRCUIT	GYM	BIKE	
Sabato	BIKE	BOXE	CIRCUIT	BIKE		BIKE	POLE	BOXE				



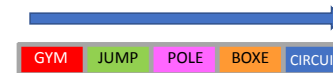
TIME TABLE - Aqua Fun - Vasca Piccola dal 28 settembre

	8:30	9:20	10:10	11:00	15:00	16:00	16:50	17:40	18:30	19:20	20:10	21:00
	9:15	10:05	10:55	11:45	15:45	16:45	17:35	18:25	19:15	20:05	20:55	21:45
Lunedì	PILATES	WD										WD
Martedì					WD							PILATES
Mercoledì	PILATES	WD										
Giovedì					WD							WD
Venerdì	PILATES	WD										PILATES

Appuntamenti fissi



Appuntamenti Mix



Tutte le attività sono su prenotazione e partono con un minimo di 4 partecipanti. La prenotazione può essere effettuata fino a 5 minuti prima della lezione e può essere disdetta solo con 2 ore di anticipo