

ACQUAFITNESS

	MATTINA		PAUSA PRANZO		SERA			
Lunedì	ORE 9:00 ACQUAGYM	ORE 9:50 CIRCUIT JUMP	ORE 13.00 TREADMILL		ORE 18:15 TREADMILL	ORE 19:10 TREADMILL	ORE 20:00 TREADMILL	
Martedì		ORE 9:50 ACQUA SILVER				ORE 19:00 GYM LATINA	ORE 19:40 TOTAL BODY	ORE 20:30 ACQUAGYM
Mercoledì	ORE 9:30 ACQUASMILE			ORE 13:50 TOTAL BODY		ORE 18:55 TOTAL BODY	ORE 19:40 GYM DEMOLITION	ORE 20:30 GYM LATINA
Giovedì	ORE 9:00 ACQUAGYM	ORE 9:45 GYM DEMOLITION			ORE 18:10 ACQUAGYM	ORE 19:10 TREADMILL	ORE 19:55 TREADMILL	ORE 20:40 TREADMILL
Venerdì	ORE 9:00 ACQUA SILVER	ORE 9:50 CIRCUIT GYM				ORE 19:00 ACQUAGYM	ORE 19:50 CIRCUIT JUMP	
Sabato		ORE 11:40 ACQUAGYM (Vasca 25mt)	ORE 12:30 CIRCUIT JUMP					

Il planning potrà subire variazioni.

Le lezioni perse potranno essere recuperate con ingresso nuoto libero o nei corsi OPEN (planning consultabile presso la segreteria)