

PLANNING **CORSI OPEN ACQUAFITNESS CORSO** DAL **10 FEBBRAIO ALL'7 GIUGNO**

	MATTINA		PAUSA PRANZO		SERA			
Lunedì	ORE 9:00 ACQUAGYM OPEN	ORE 9:45 ACQUAGAG	ORE 13:00 TREADMILL		ORE 18:15 TREADMILL	ORE 19:00 TREADMILL	ORE 19:50 TREADMILL OPEN	
Martedì	ORE 9:15 ACQUAGAG OPEN	ORE 10:00 GYMSOFT OPEN				ORE 18:45 DISCO GYM	ORE 19:30 TOTAL BODY	ORE 20:15 ACQUA GYM OPEN
Mercoledì	ORE 9:00 ACQUASMILE	ORE 9:45 CIRCUIT JUMP OPEN	ORE 13:00 TOTAL BODY OPEN				ORE 18:45 ACQUA GYM	ORE 19:30 TOTAL BODY OPEN
Giovedì	ORE 9:00 ACQUA GYM OPEN	ORE 9:45 TOTAL BODY OPEN			ORE 18:20 ACQUA GYM	ORE 19:20 TREADMILL OPEN	ORE 20:10 TREADMILL OPEN	
Venerdì	ORE 9:00 GYM TONIC OPEN	ORE 9:45 TOTAL BODY	ORE 12:50 CIRCUIT JUMP OPEN			ORE 18:45 ACQUA GYM	ORE 19:30 CIRCUIT JUMP	
Sabato		ORE 11:45 CIRCUIT JUMP OPEN	ORE 12:30 CIRCUIT JUMP					

TURNI DA 40' Il planning potrà subire variazioni.

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

PER LE ATTIVITA' DI CIRCUIT GYM, CIRCUIT JUMP, TREADMILL E' OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE