

ORARI CORSI PISCINA SETTEMBRE-NOVEMBRE 2023

Cel. 3938828278

Ora	Lunedì	Ora	Martedì	Ora	Mercoledì	Ora	Giovedì	Ora	Venerdì	Ora	Sabato
8:30	Mantenim.	8:30	Cardio gym	8:30	Mantenim.	8:30	Mantenim.	8:30	Mantenim.	9:00	9-12 mesi
9:15	Ried. Funz.	9:15	Cardio gym	9:15	Gym	9:15	Ried. Funz.	9:15	Gym	9:40	14-24 mesi
10:00	Ried. Funz.	10:00	Mantenim.	10:00	Ried. Funz.	10:00	Ried. Funz.	10:00	Ried. Funz.	10:20	3-4 anni
10:45	6-9 mesi					10:45	12-18 mesi			11:00	5-6 anni
11:25	4-8 mesi					11:30	Gestanti			11:40	7-8 anni
										12:20	8-10 anni
				13:45	Gym						
14:30	Cardio gym	14:15	Ried. Funz.	14:30	Gym			14:15	Ried. Funz.		
15:15	P.H.A.	15:00	Ried. Funz.	15:15	P.H.A.			15:00	Ried. Funz.		
		15:45	IDROFIBRO								
								16:00	8-12 mesi		
16:40	7-8 anni	16:35	2-3 anni			16:40	5-6 anni	16:40	2-3 anni		
17:20	5-6 anni	17:15	3-4 anni			17:20	6-7 anni	17:20	4-5 anni		
						18:00	8-9 anni				
18:00	Cardio Gym	18:00	Double Tap	18:00	Gym-Pilates			18:00	IDROFIBRO		
18:45	P.H.A.	18:45	Tap	18:45	Ried. Funz.	18:45	Cardio gym	19:00	Gestanti		
19:30	Tap-Gym	19:30	Circuito	19:30	Tap/Gym	19:30	Aerotonic 1H				

* a raggiungimento adesioni

	senza genitore
--	----------------

	con genitore
--	--------------

PER LA STAGIONE SPORTIVA 2023/2024 SARA' **OBBLIGATORIO CONSEGNARE ENTRO UN MESE DALL'INIZIO DELLE ATTIVITA'**, IL CERTIFICATO MEDICO RECANTE LA DICITURA DI IDONEITA' ALL'ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA CON ECG (non obbligatorio per i bambini al di sotto dei 6 anni) O ATTESTAZIONE DELL'AVVENUTA PRENOTAZIONE DELLA VISITA PRESSO IDONEA STRUTTURA.

ORARI CORSI PISCINA SETTEMBRE-NOVEMBRE 2023

Cel. 3938828278

Ora	Lunedì	Ora	Martedì	Ora	Mercoledì	Ora	Giovedì	Ora	Venerdì	Ora	Sabato
8:30	Mantenim.	8:30	Cardio gym	8:30	Mantenim.	8:30	Mantenim.	8:30	Mantenim.	9:00	9-12 mesi
9:15	Ried. Funz.	9:15	Cardio gym	9:15	Gym	9:15	Ried. Funz.	9:15	Gym	9:40	14-24 mesi
10:00	Ried. Funz.	10:00	Mantenim.	10:00	Ried. Funz.	10:00	Ried. Funz.	10:00	Ried. Funz.	10:20	3-4 anni
10:45	6-9 mesi					10:45	12-18 mesi			11:00	5-6 anni
11:25	4-8 mesi					11:30	Gestanti			11:40	7-8 anni
										12:20	8-10 anni
				13:45	Gym						
14:30	Cardio gym	14:15	Ried. Funz.	14:30	Gym			14:15	Ried. Funz.		
15:15	P.H.A.	15:00	Ried. Funz.	15:15	P.H.A.			15:00	Ried. Funz.		
		15:45	IDROFIBRO								
								16:00	8-12 mesi		
16:40	7-8 anni	16:35	2-3 anni			16:40	5-6 anni	16:40	2-3 anni		
17:20	5-6 anni	17:15	3-4 anni			17:20	6-7 anni	17:20	4-5 anni		
						18:00	8-9 anni				
18:00	Cardio Gym	18:00	Double Tap	18:00	Gym-Pilates			18:00	IDROFIBRO		
18:45	P.H.A.	18:45	Tap	18:45	Ried. Funz.	18:45	Cardio gym	19:00	Gestanti		
19:30	Tap-Gym	19:30	Circuito	19:30	Tap-Gym	19:30	Aerotonic 1H				

* a raggiungimento adesioni

	senza genitore
--	----------------

	con genitore
--	--------------

PER LA STAGIONE SPORTIVA 2023/2024 SARA' **OBBLIGATORIO CONSEGNARE ENTRO UN MESE DALL'INIZIO DELLE ATTIVITA'**, IL CERTIFICATO MEDICO RECANTE LA DICITURA DI IDONEITA' ALL'ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA CON ECG (non obbligatorio per i bambini al di sotto dei 6 anni) O ATTESTAZIONE DELL'AVVENUTA PRENOTAZIONE DELLA VISITA PRESSO IDONEA STRUTTURA.