

PROGRAMMA CORSI PISCINA da lunedì 12 settembre 2011

orario	LUNEDI		MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO			
	v.piccola	v.grande	v.grande	v.grande	v.grande	v.grande	v.piccola	v.grande		
9.30-10.15					aquadolce T					
9.45-10.15								corso nuoto 0-2 anni		
10.15-11.00					hydrobike T					
10.15-10.45								corso nuoto 0-2 anni		
11.00-11.45					aquafitness T		aquafitness T			
11.45-12.30									hydrobike rotazione	
12.30-13.15	hydrobike T									
13.15-14.00	hydrobike T		aquafitness T		hydrobike T	aquafitness T				
13.30-14.15				hydrobike T						
15.00-15.45										
15.30-16.00	corso nuoto 0-2 anni A									
15.45-16.30										
18.15-19.00						aquafitness SH				
19.00-19.45	aquafitness AI		hydrobike S	aquafitness AI	hydrobike S					
19.30-20.15										
19.45-20.30	hydrobike AI			hydrobike AI	hydrobike S					


AI: Alessandra

S: Simone

T: Tiziana

SH: Shaira

si raccomanda la puntualita' alle lezioni

 ORARI RISERVATI A LEZIONI DI NUOTO PRIVATE BAMBINI/RAGAZZI/ADULTI E PERSONAL TRAINER

IL PROGRAMMA DELLA LEZIONE DI AQUAFITNESS INCLUDE : AQUAGYM, AQUATONE, AQUASTEP, AQUAKICK

