

ESTATE 2011 - ORARI SALA CARDIO-ISOTONICA, FITNESS e ACQUA GYM



FITNESS

ACQUAGYM



	lunedì 1 agosto	martedì 2 agosto	mercoledì 3 agosto	giovedì 4 agosto	venerdì 5 agosto	sabato 6 agosto	domenica 7 agosto
Sala Cardio-Isotonica	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	09,00 - 13,00
9,00 - 10,00	Total body		G. A. G.		Gym Music		
10,00 - 10,50	Aquagym	Aquabike	Aquabike	Aquagym	Aquabike		
13,15 - 14,05	Aquabike	Aquatonic	Aquapump	Aquabike	Aquatonic		
18,30 - 19,30	G. A. G.		Tone Up		Circuit		
19,30 - 20,20	Aquatonic	Aquagym	Aquakick	Aquagym	Aquagym		

	lunedì 8 agosto	martedì 9 agosto	mercoledì 10 agosto	giovedì 11 agosto	venerdì 12 agosto	sabato 13 agosto	domenica 14 agosto
Sala Cardio-Isotonica	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	CHIUSO
10,00 - 10,50	Aquagym	Aquasoft	Aquatonic	Aquagym	Aquabike		
13,15 - 14,05	Aquasoft	Aquatonic	Aquagym	Aquabike	Aquagym		
19,30 - 20,20	Aquabike	Aquapump	Aquabike	Aquasoft	Aquatonic		

	lunedì 15 agosto	martedì 16 agosto	mercoledì 17 agosto	giovedì 18 agosto	venerdì 19 agosto	sabato 20 agosto	domenica 21 agosto
Sala Cardio-Isotonica	09,00 - 13,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	09,00 - 13,00
10,00 - 10,50		Aquasoft	Aquatonic	Aquagym	Aquasoft		
13,15 - 14,05		Aquagym	Aquasoft	Aquatonic	Aquagym		
19,30 - 20,20		Aquatonic	Aquagym	Aquasoft	Aquatonic		

	lunedì 22 agosto	martedì 23 agosto	mercoledì 24 agosto	giovedì 25 agosto	venerdì 26 agosto	sabato 27 agosto	domenica 28 agosto
Sala Cardio-Isotonica	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	09,00 - 13,00
10,00 - 10,50	Aquagym	Aquagym	Aquasoft	Aquatonic	Aquagym		
13,15 - 14,05	Aquatonic	Aquasoft	Aquatonic	Aquagym	Aquatonic		
19,30 - 20,20	Abdominal	Aquatonic	Aquagym	Abdominal	Aquagym		

	lunedì 29 agosto	martedì 30 agosto	mercoledì 31 agosto	giovedì 1 settembre	venerdì 2 settembre	sabato 3 settembre	domenica 4 settembre
Sala Cardio-Isotonica	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	09,00 - 13,00
9,00 - 10,00	Total body		G. A. G.		Gym Music		
10,00 - 10,50	Aquagym	Aquatonic	Aquapump	Aquagym	Aquakick		
13,15 - 14,05	Aquatonic	Aquagym	Aquakick	Aquasoft	Aquabike		
18,30 - 19,30	Pump		T.Body		G. A. G.		
19,30 - 20,20	Aquagym	Aquabike	Aquagym	Aquabike	Aquagym		

	lunedì 5 settembre	martedì 6 settembre	mercoledì 7 settembre	giovedì 8 settembre	venerdì 9 settembre	sabato 10 settembre	domenica 11 settembre
Sala Cardio-Isotonica	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	07,30 - 21,00	08,30 - 14,30	09,00 - 13,00
9,00 - 10,00	Total body		G. A. G.		Gym Music		
10,00 - 10,50	Aquagym	Aquatonic	Aquabike	Aquagym	Aquatonic		
13,15 - 14,05	Aquatonic	Aquagym	Aquakick	Aquasoft	Aquagym		
13,30 - 14,30	Prepugilistica	Pilates	Prepugilistica	Pilates	Prepugilistica		
18,30 - 19,30	Toning Zone		Toning Zone		Toning Zone		
19,30 - 20,20	Aquabike	Aquatonic	Aquapump	Aquabike	Aquasoft		