

ORARIO ACQUA GYM - FITNESS ACQUATICO dal 07/09/2020 al 18/07/2021

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO		DOMENICA	
10:00 10:50	AQUA FREE STYLE <i>Andrea</i>	10:00 10:50	AQUA FIT <i>Stefania</i>	9:00 9:50	AQUA FREE STYLE <i>Andrea</i>	10:00 10:50	CARDIO CORE <i>Stefania</i>	10:00 10:50	AQUA BIKE ENDURANCE <i>Andrea</i>	9:20 10:10	AQUA 3D <i>Katia</i>		
10:50 11:40	AQUA BIKE ENJOY <i>Andrea</i>	10:50 11:40	HYDRO JUMP <i>Stefania</i>	9:50 10:40	STRESS & REST <i>Andrea</i>	10:50 11:40	AQUA BIKE <i>Stefania</i>	10:50 11:40	HYDRO TONE <i>Andrea</i>			11:30 12:20	AQUA 3D <i>A rotazione</i>
		11:40 12:30	FUNCTIONAL SWIM <i>Stefania</i>					11:40 12:30	AQUA 3D <i>Andrea</i>				
13:15 14:05	AQUA GYM <i>Valeria Z.</i>	13:15 14:05	AQUA STEP <i>Valeria M.</i>	13:15 14:05	AQUA BIKE <i>Valeria Z.</i>	13:15 14:05	AQUA FREE STYLE <i>Valeria M.</i>	13:15 14:05	AQUA GYM <i>Valeria Z.</i>	12:50 13:40	AQUA FIT <i>Pablo</i>	GYM NUOTO con <i>Stefania Pitaffi</i> Lunedì-Giovedì 12:10 - 13:00 corso riservato	
18:30 19:20	AQUA BIKE ENDURANCE <i>Andrea</i>	18:30 19:20	AQUA GYM <i>Elena</i>	18:40 19:30	JUMP <i>Stefania</i>	18:30 19:20	HYDRO TONE <i>Andrea</i>	18:30 19:20	AQUA BIKE <i>Elena</i>				
19:30 20:20	HYDRO TONE <i>Andrea</i>	19:30 20:20	HYDRO JUMP <i>Elena</i>	19:30 20:20	AQUA CIRCUIT <i>Stefania</i>	19:30 20:20	AQUA BIKE ENJOY <i>Andrea</i>	19:30 20:20	AQUA FREE STYLE <i>Elena</i>				
20:30 21:20	AQUA 3D <i>Andrea</i>	20:30 21:20	AQUA BIKE <i>Elena</i>					20:30 21:20	AQUA BIKE FUSION <i>Andrea</i>				

È OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE PER TUTTE LE LEZIONI

PRENOTAZIONE LEZIONI TRAMITE WEB accedendo
<https://www.aquaniene.it/aquaflash/prenotazione-lezioni-tramite-web-istruzione-per-luso/>

PRENOTAZIONE LEZIONI TRAMITE APP scaricando
WELLTEAM da Android o iOS sul tuo dispositivo mobile

**SI RACCOMANDA IL RISPETTO DELLE NORME COMPORTAMENTALI
ATTE AL CONTENIMENTO SULLA DIFFUSIONE DEL COVID-19**
(vedi protocollo Aquaniene)