

AREA PISCINA

Aggiornato il 01-09-2010

ORARI: Dal Lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 22:00 orario continuato
 Sabato dalle 9:00 alle 20:00 orario continuato
 Domenica dalle 10:00 alle 20:00 orario continuato

Nuoto libero

ORARI: Dal Lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 22:00 orario continuato
 Sabato dalle 9:00 alle 20:00 orario continuato
 Domenica dalle 10:00 alle 20:00 orario continuato

Acquagym

Orari	BISETTIMANALE	MONOSETTIMANALE	
	martedì - giovedì dal 15.09.2009	venerdì dal 18.09.2009	sabato dal 19.09.2009
09:00 - 09:45	Trimestrale - Semestrale - Annuale		
10:00 - 10:45	Trimestrale - Semestrale - Annuale		
13:15 - 14:00		Trimestrale - Semestrale - Annuale	
16:00 - 16:45			Trimestrale - Semestrale - Annuale
19:15 - 20:00	Trimestrale - Semestrale - Annuale		
20:00 - 20:45		Trimestrale - Semestrale - Annuale	

Durata della lezione: 45 minuti

Acquabike

	LU	MA	ME	GI	VE	SA
09:30	ACQUABIKE		ACQUABIKE			
11:00						ACQUABIKE
14:00					ACQUABIKE	
19:10	ACQUABIKE		ACQUABIKE		ACQUABIKE	
20:00	ACQUABIKE	ACQUABIKE	ACQUABIKE	ACQUABIKE		
20:45	ACQUABIKE	ACQUABIKE	ACQUABIKE	ACQUABIKE		

Lezione a prenotazione: Trimestrale, Semestrale o Annuale!
Durata della lezione: 60 minuti

Acquababy

Orari	sabato mattina
	DA DEFINIRE

Durata della lezione: 35 minuti.

Scuola nuoto ragazzi

Orari	BISETTIMANALE		MONOSETTIMANALE	
	lunedì - mercoledì dal 14.09.2009	martedì - giovedì dal 15.09.2009	venerdì dal 18.09.2009	sabato dal 19.09.2009
16:15 - 17:00				Trimestrale - Semestrale - Annuale
17:00 - 17:45	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale
17:45 - 18:30	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale
18:30 - 19:15		Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	

Durata della lezione: 45 minuti

Scuola nuoto adulti

Orari	BISETTIMANALE		MONOSETTIMANALE
	lunedì - mercoledì dal 14.09.2009	martedì - giovedì dal 15.09.2009	venerdì dal 18.09.2009
09:00 - 09:50	Trimestrale - Semestrale - Annuale		
13:00 - 13:50	Trimestrale - Semestrale - Annuale		Trimestrale - Semestrale - Annuale
20:00 - 20:50	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale
20:50 - 21:40	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale

Durata della lezione: 50 minuti

Idrokinesiterapia

SU APPUNTAMENTO IL LUNEDÌ E IL GIOVEDÌ DALLE 15:00 ALLE 18:45

Incontri pre-parto

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
11:00 - 12:00	-	-	-	Lucia	-	Lucia	-

Lezione a prenotazione: Lezioni singole o pacchetti da 12 lezioni.

Incontri post-parto

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario Lezioni	-	-	-	-	-	-	-

Attività Ludico-Didattiche

Orari	BISETTIMANALE		MONOSETTIMANALE	
	lunedì - mercoledì dal 14.09.2009	martedì - giovedì dal 15.09.2009	venerdì dal 18.09.2009	sabato dal 19.09.2009
16:15 - 17:00				Trimestrale - Semestrale - Annuale
17:00 - 17:45	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale
17:45 - 18:30	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale
18:30 - 19:15		Trimestrale - Semestrale - Annuale	Trimestrale - Semestrale - Annuale	

Durata della lezione: 45 minuti

AREA FITNESS

Aggiornato il 01-09-2010

ORARI: Dal Lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 22:00 orario continuato
 Sabato dalle 9:00 alle 20:00 orario continuato
 Domenica dalle 10:00 alle 20:00 orario continuato

Total Body

Ora d'inizio:	LU	MA	ME	GI	VE
18:00 - 19:00	-	-	TOTAL BODY	-	-

Lezione a prenotazione: Abbonamento Trimestrale.

Durata della lezione: 60 minuti

Pilates

Orari	sabato
17:45 - 18:45	Trimestrale

Durata della lezione: 60 minuti

AREA SALUTE & BENESSERE

Aggiornato il 01-09-2010

ORARI: Lunedì dalle 15:00 alle 22:00 orario continuato (dalle 15:00 alle 17:00 riservato solo Donne; dalle 10:00 alle 17:00 su prenotazione)
 Da Martedì a Giovedì dalle 15:00 alle 22:00 orario continuato
 Venerdì dalle 15:00 alle 22:00 orario continuato (dalle 10:00 alle 15:00 su prenotazione)
 Sabato dalle 10:00 alle 20:00 orario continuato
 Domenica dalle 10:00 alle 20:00 orario continuato

Massaggio Rilassante

I massaggi sono disponibili su prenotazione da poter effettuare nella fascia d'orario qui indicata:

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario:	17:00 - 21:00	16:00 - 21:00	17:00 - 21:00	16:00 - 21:00	16:00 - 21:00	15:00 - 20:00	15:00 - 20:00

Durata della seduta: 30 o 60 minuti

Massaggio Decontratturante

I massaggi sono disponibili su prenotazione da poter effettuare nella fascia d'orario qui indicata:

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario:	17:00 - 21:00	16:00 - 21:00	17:00 - 21:00	16:00 - 21:00	16:00 - 21:00	15:00 - 20:00	15:00 - 20:00

Durata della seduta: 30 o 60 minuti

Linfodrenaggio

I massaggi sono disponibili su prenotazione da poter effettuare nella fascia d'orario qui indicata:

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario:	-	-	-	-	-	15:00 - 20:00	15:00 - 20:00

Durata della seduta: 70 minuti

Massaggio Antistress

I massaggi sono disponibili su prenotazione da poter effettuare nella fascia d'orario qui indicata:

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario:	17:00 - 21:00	17:00 - 21:00	17:00 - 21:00	17:00 - 21:00	17:00 - 21:00	15:00 - 20:00	15:30 - 20:00

Durata della seduta: 30 o 60 minuti

Massaggio Tonificante

I massaggi sono disponibili su prenotazione da poter effettuare nella fascia d'orario qui indicata:

	LU	MA	ME	GI	VE	SA	DO
Orario:	-	16:00 - 21:00	-	16:00 - 21:00	16:00 - 21:00	15:00 - 20:00	15:00 - 20:00

Durata della seduta: 30 o 60 minuti