

**WEP/PALESTRA  
IN VIA RUSSI 42/A (AN)**

**WEP/PALESTRA  
ALLA PISCINA DI  
VALLEMIANO**

**WEP/PISCINA  
VALLEMIANO**

**PISCINA PASSETTO**

**PISCINA VALLEMIANO**

ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
06:45/07:30	FUNCTIONAL TR.		FUNCTIONAL TR.		
06:45/07:45		H2O FUNCTIONAL TR.		H2O FUNCTIONAL TR.	
07:45/08:45		NUOTO GUIDATO*		NUOTO GUIDATO*	
08:00/08:45	SOFT GYM		SOFT GYM		
08:15/09:00		OVER FITNESS*		OVER FITNESS*	
09:00/09:45		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
10:30/11:15		AQUANTALGICA		AQUANTALGICA	
11:15/12:00		PREPARTO		PREPARTO	
13:00/13:45	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		
13:15/14:00	FUNCTIONAL TR.		MOBILITY		AQUACIRCUIT
13:30/14:15		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
14:00/14:45	AQUACIRCUIT		TOTAL BODY		AQUACIRCUIT
16:30/17:15		PILATES			
17:30/18:15		PILATES			
18:30/19:15		PILATES			
18:45/19:30			TOTAL BODY		TOTAL BODY
18:45/19:30		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
19:30/20:15		AQUACIRCUIT		AQUACIRCUIT	
19:30/20:15		PILATES			
20:15/21:00		AQUABIKE		AQUABIKE	

VALLEMIANO: DAL 10.06.2024 ALL'01.08.2024 / PASSETTO: DAL 10.06.2024 AL 09.08.2024

LE ATTIVITÀ DI NUOTO GUIDATO E H2O FUNCTIONAL TRAINING AL PASSETTO: INIZIERANNO DAL 17.06