

PER INFORMAZIONI O PRENOTAZIONI
 ☎ 055 8458 290 ✉ info.piscinemugello@gmail.com



PROGRAMMA CORSI SETTEMBRE 2020 – MAGGIO 2021

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO	
7.00-8.15	Nuoto Guidato			7.00-8.15	Nuoto Guidato	7.00-8.15	Nuoto Guidato			9.00-14.00	Nuoto Guidato
9.30-10.15	Nuoto Guidato	11.15-12.15	Nuoto Guidato	9.30-10.15	Nuoto Guidato	9.30-10.15	Nuoto Guidato	11.15-12.15	Nuoto Guidato		
13.00-15.00	Nuoto Guidato	13.00-15.00	Nuoto Guidato	13.00-15.00	Nuoto Guidato	13.00-15.00	Nuoto Guidato	13.00-15.00	Nuoto Guidato	9.00-9.40	Corso Bambini
8.45-9.30	AquaSoft vp	9.30-10.15	Corso Adulti	9.30-10.15	AquaFitness vg	8.45-9.30	AquaSoft vp	9.30-10.15	Corso Adulti	9.45-10.25	Corso Bambini
9.30-10.15	AquaFitness vg	8.45-9.30	Afa vp			9.30-10.15	AquaFitness vg	8.45-9.30	Afa vp	10.30-11.10	Corso Bambini
10.15-11.00	AquaSoft vp	9.30-10.15	Afa vp	10.15-12.15	Habilaqua	10.15-11.00	AquaSoft vp	9.30-10.15	Afa vp	11.00-11.40	Cuccioli 3/12 mesi
9.40-10.40	Post parto	10.15-11.00	Afa vp			9.40-10.40	Post parto	10.15-11.00	Afa vp	11.40-12.25	Cuccioli 1/ 3 anni
10.50-11.35	Percorso bebè	11.00-11.45	Afa vp			10.50-11.35	Percorso bebè	11.00-11.45	Afa vp		
11.45-13.00	Diventare Mamma	13.30-14.15	AquaCircuit vg			11.45-13.00	Diventare Mamma	13.30-14.15	AquaCircuit vg	12.30-13.30	Master Vivi lo Sport
		15.00-16.00	Swimteen avanz	15.00-15.40	Habilaqua			15.00-16.00	Swimteen avanz		
16.00-17.00	Nuoto Salvamento	16.00-17.00	Swimteen princ	15.40-16.20	Habilaqua	16.00-17.00	Nuoto Salvamento	16.00-17.00	Swimteen princ	16.00-16.40	Splash 3 - 5 anni
17.00-18.20	Pre-Agonismo	17.00-18.00	Sirenette Sincro	16.20-17.00	GiocAcqua 3-5 anni	17.00-18.20	Pre-Agonismo	17.00-18.00	Sirenette Sincro	16.45-17.25	Splash 3 - 5 anni
16.20-17.00	Corso Bambini	17.00-17.40	Corso Bambini			16.20-17.00	Corso Bambini	17.00-17.40	Corso Bambini		
17.00-17.40	Corso Bambini	17.45-18.25	Corso Bambini	17.00-17.40	Corso Bambini	17.00-17.40	Corso Bambini	17.45-18.25	Corso Bambini	15.15-15.55	Corso Bambini
17.45-18.25	Corso Bambini	18.30-19.10	Corso Bambini	17.45-18.25	Corso Bambini	17.45-18.25	Corso Bambini	18.30-19.10	Corso Bambini	16.00-16.40	Corso Bambini
18.30-19.10	Corso Bambini vg	17.45-18.25	Nuoto Family	17.00-18.20	Pre-Agonismo	18.30-19.10	Corso Bambini vg	17.45-18.25	Nuoto Family	16.45-17.25	Corso Bambini
18.30-19.15	Corso Adulti	18.30-19.10	Nuoto Family			18.30-19.15	Corso Adulti	18.30-19.10	Nuoto Family		
19.15-20.00	Corso Adulti	19.15-20.00	AquaFitness vp			19.15-20.00	Corso Adulti	19.15-20.00	AquaFitness vp		
20.00-20.45	Corso Adulti					20.00-20.45	Corso Adulti			16.00-17.20	Nuoto Guidato
20.45-21.30	Corso Adulti					20.45-21.30	Corso Adulti				
		18.20-19.00	Nuoto Guidato 1 / 2 CORSIE					18.20-19.00	Nuoto Guidato 1 / 2 CORSIE		
19.15-20.00	AquaFitness vp	19.00-22.30	Nuoto Guidato			19.15-20.00	AquaFitness vp	19.00-22.30	Nuoto Guidato		
19.15-20.00	AquaFitness vg					19.15-20.00	AquaFitness vg				
19.15-20.00	HydroBike					19.15-20.00	HydroBike				
20.00-20.45	AquaFitness vp					20.00-20.45	AquaFitness vp				
20.00-20.45	AquaFitness vg					20.00-20.45	AquaFitness vg				
20.00-20.45	HydroBike			20.00-21.00	Master Vivi lo Sport	20.00-20.45	HydroBike				
20.45-21.30	AquaFitness vg	20.30-21.30	Master Vivi lo Sport	21.00-22.30	Nuoto Guidato	20.45-21.30	AquaFitness vg	20.30-21.30	Master Vivi lo Sport		

La direzione si riserva la facoltà di modificare l'orario di accesso, il numero delle corsie o di chiudere l'impianto per eventi o manutenzioni.

DOMENICA

9.00-12.00 Nuoto Guidato

PER INFORMAZIONI O PRENOTAZIONI
 ☎ 055 8458 290 ✉ info.piscinemugello@gmail.com



PALESTRA



LORENZO



ANNALISA

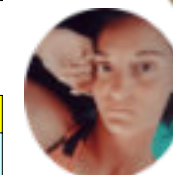
	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
MATTINA			9.30-10.25	Ginnastica Pilates					9.30-10.25	Ginnastica Pilates
			10.30-11.25	Ginnastica Pilates					10.30-11.25	Ginnastica Pilates
	11.30-12.15	Rieducazione Funzionale					11.30-12.15	Rieducazione Funzionale		
POMERIGGIO / SERA	14.00-15.00	Total Body Workout					14.00-15.00	Total Body Workout		
			17.00-18.00	Total Body Workout					17.00-18.00	Total Body Workout
	17.25-18.20	Ginnastica Pilates	18.00-19.00	Total Body Workout			17.25-18.20	Ginnastica Pilates	18.00-19.00	Total Body Workout
	18.25-19.20	Ginnastica Pilates	19.00-20.00	Total Body Workout			18.25-19.20	Ginnastica Pilates	19.00-20.00	Total Body Workout
	19.25-20.20	Ginnastica Pilates					19.25-20.20	Ginnastica Pilates		



TOMMASO



LUCIA

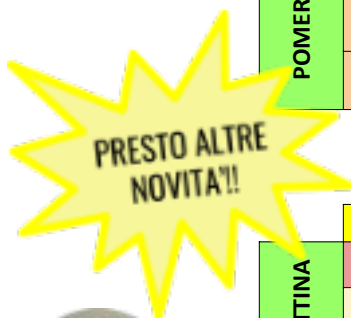


LAURA



NILDE

PISCINA



CLEMENTINA



GIADA

	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì	
MATTINA	8.45-9.30	AquaSoft VP					8.45-9.30	AquaSoft VP		
	9.30-10.15	AquaFitness VG			9.30-10.15	AquaFitness VG	9.30-10.15	AquaFitness VG		
	10.15-11.00	AquaSoft VP	13.30-14.15	AquaCircuit VG			10.15-11.00	AquaSoft VP	13.30-14.15	AquaCircuit VG
SERA	19.15-20.00	AquaFitness VP	19.15-20.00	AquaFitness VP			19.15-20.00	AquaFitness VP	19.15-20.00	AquaFitness VP
	19.15-20.00	AquaFitness VG					19.15-20.00	AquaFitness VG		
	19.15-20.00	HydroBike					19.15-20.00	HydroBike		
	20.00-20.45	AquaFitness VG					20.00-20.45	AquaFitness VG		
	20.00-20.45	AquaFitness VP					20.00-20.45	AquaFitness VP		
	20.00-20.45	HydroBike					20.00-20.45	HydroBike		
20.45-21.30	AquaFitness VG					20.45-21.30	AquaFitness VG			

