

VASCA INDOOR 25 M					
ORARI NUOTO LIBERO SPORTIVO IN VIGORE DAL 27/05/2024 ALL'8/06/2024					
Vasca A allestita sui 25 m - profonda 2.00 m					
A bordo vasca presente un tecnico qualificato disponibile a fornire indicazioni di base e piani di allenamento. Corsie riservate al nuoto veloce e al nuoto con pinne e palette (a discrezione del tecnico). Orari e periodi potrebbero subire variazioni					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
12.00-16.00	07.30 - 16.00	07.30 - 16.00	07.30 - 16.00	07.30 - 16.00	12.00 - 14.00
ORARI NUOTO LIBERO SPORTIVO IN VIGORE DAL 10/06/2024 AL 28/07/2024					
Vasca A allestita sui 25 m - profonda 2.00 m					
A bordo vasca presente un tecnico qualificato disponibile a fornire indicazioni di base e piani di allenamento. Corsie riservate al nuoto veloce e al nuoto con pinne e palette (a discrezione del tecnico). Orari e periodi potrebbero subire variazioni					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
07.30 - 10.30	07.30 - 10.30	07.30 - 10.30	07.30 - 10.30	07.30 - 10.30	08.30 - 10.30
12.00 - 14.00	12.00 - 14.00	12.00 - 14.00	12.00 - 14.00	12.00 - 14.00	
18.00-21.30	18.00-21.30	18.00-21.30	18.00-21.30	18.00-21.30	
ORARI NUOTO LIBERO SPORTIVO IN VIGORE DAL 02/09/2024 AL 14/09/2024					
Vasca A allestita sui 25 m - profonda 2.00 m					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
12.00-21.30	07.30 - 21.30	07.30 - 21.30	07.30 - 21.30	07.30 - 21.30	08.30 - 18.00
VASCA OUTDOOR 50 M					
ORARI NUOTO LIBERO SPORTIVO IN VASCA ESTIVA SCOPERTA IN VIGORE DAL 10/06/2024 AL 01/09/2024					
Vasca B allestita sui 50 m - profonda 1.40 m					
A bordo vasca presente un tecnico qualificato disponibile a fornire indicazioni di base e piani di allenamento. Corsie riservate al nuoto veloce e al nuoto con pinne e palette (a discrezione del tecnico). Orari e periodi potrebbero subire variazioni					
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO E DOMENICA
10.30-18.45	10.30-18.45	10.30-18.45	10.30-18.45	10.30-18.45	10.30-18.45

ORARI SCUOLA NUOTO E PALLANUTO IN VIGORE DAL 18/09/2023 AL 25/05/2024

Libera frequenza delle lezioni previste in base al proprio livello.

LUNEDI'		MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	
09:30		TUTTI I LIVELLI		TUTTI I LIVELLI		PERFEZIONAMENTO	09:30
10:30		TUTTI I LIVELLI		TUTTI I LIVELLI		PRINCIPIANTI	10:30
15:45			PRINCIPIANTI		PERFEZIONAMENTO		15:45
18:50	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI		18:50
19:40	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI	TUTTI I LIVELLI		19:40
19:40		PALLANUOTO			PALLANUOTO		19:40
20:30	PERFEZIONAMENTO		PRINCIPIANTI		PRINCIPIANTI		20:30
20:30		PALLANUOTO			PALLANUOTO		20:30

ORARI SCUOLA NUOTO E PALLANUTO IN VIGORE DAL 10/06/2024 AL 27/07/2024

Libera frequenza delle lezioni previste in base al proprio livello.

LUNEDI'		MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	
19:00		PERFEZIONAMENTO		PERFEZIONAMENTO			19:00
19:45			PRINCIPIANTI		PRINCIPIANTI		19:40

ORARI CORSI ACQUAFITNESS IN VIGORE DAL' 11 SETTEMBRE 2023 AL 8 GIUGNO 2024

* Prenotazione obbligatoria di tutte le lezioni di Bike e di H2OPOLE qui <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su APP WELL TEAM

	LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			SABATO			
	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	Vasca alta	Vasca 1	Vasca 2	
07:30				H2O WAKEUP francesca z vasca B															07:30
09:30					H2OTONE yojan	H2OPOLE CIRCUIT fedè		ACQUA DOLCE fedè			H2O AEROBICS fedè			ACQUA DOLCE yojan				H2OGAG yojan	09:30
10:15					H2OGAG fedè			H2O AEROBICS fedè			H2O TONE fedè			H2OGAG yojan				BIKEMIX* yojan	10:15
11:00					ACQUA DOLCE fedè			H2OPOLE* fedè			ACQUA DOLCE fedè							H2O AEROBICS yojan	11:00
13:00		H2O AEROBICS yojan	BIKE* ale		H2OCIRCUIT yojan			H2OSTEP yojan			H2O GAG yojan	BIKE* ale			H2OTONE marco g				13:00
18:00					H2OSTEP daniele c				BIKE* francesca b		H2O TONE alessandro				TABATA CROSS BIKE* francesca z				18:00
19:00		H2O AEROBICS yojan	BIKE* TRAINING francesca z	DEEP WATER daniele c	H2OTONE francesca z			H2O AEROBICS francesca b	H2OBOXE yojan		H2O GAG alessandro	BIKE POLE* yojan		H2OCIRCUIT francesca z	H2OPOLE* anita				19:00
19:50		H2OTONE yojan	BIKE BOXE* francesca z			BIKEPOLE* daniele c			BIKE* francesca b		H2OSTEP yojan			H2O GAG anita					19:50

Orari e istruttori potrebbero subire variazioni

ORARI CORSI ACQUAFITNESS IN VIGORE DAL 10/06/2024 AL 29/06/2024

LEZIONI SOSPENSE LUNEDI' 24 GIUGNO 2024

* Prenotazione obbligatoria di tutte le lezioni di Bike e di H2OPOLE qui <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su APP WELL TEAM

	LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			SABATO			
	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	
07:30					H2O WAKEUP														07:30
09:30					H2OTONE	H2O POLECIRCUIT		ACQUA DOLCE			H2O AEROBICS			ACQUA DOLCE				H20GAG	09:30
10:15					H2ODOLCE			H2O GAG			H2OPOLE			H2OTONE				BIKEMIX*	10:15
13:00		H2O AEROBICS	BIKE*		H2OCIRCUIT			H2OSTEP			H2OGAG	BIKE*		H2OTONE					13:00
18:00	H2OFUN			H2OFUN		BIKEMIX*	H2OFUN		BIKE*	H2OFUN		BIKESTEP*	H2OFUN		TABATA BIKE*				18:00
19:00		H2O AEROBICS	BIKE* TRAINING		H2OTONE	BIKE*		H2O AEROBICS	H2OBOXE		H2O GAG	BIKE POLE*		H2OCIRCUIT	H2OPOLE*				19:00
19:45		H2OTONE	BIKE BOXE*			BIKEPOLE*			BIKE*		H2OSTEP			H2O GAG					19:45

Orari e istruttori potrebbero subire variazioni

ORARI CORSI ACQUAFITNESS IN VIGORE DAL 1/07/2024 AL 26/07/2024

* Prenotazione obbligatoria di tutte le lezioni di Bike e di H2OPOLE qui <https://inforyou.teamsystem.com/sisport/> o su APP WELL TEAM

	LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			SABATO			
	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	Outdoor	Vasca 1	Vasca 2	
07:30					H2O WAKEUP														07:30
09:30					H2OTONE			ACQUA DOLCE			H2O AEROBICS			ACQUA DOLCE					09:30
10:15					H2ODOLCE			H2O GAG			H2OPOLE			H2OTONE					10:15
13:00		H2O AEROBICS				BIKE*		H2OSTEP				BIKE*		H2OTONE					13:00
18:00	H2OFUN			H2OFUN		BIKEMIX*	H2OFUN		BIKE*	H2OFUN		BIKESTEP*	H2OFUN		TABATA BIKE*				18:00
19:00		H2O AEROBICS	BIKE* TRAINING		H2OTONE	BIKE*		H2O AEROBICS	H2OBOXE		H2O GAG	BIKE POLE*		H2OCIRCUIT	H2OPOLE*				19:00
19:45		H2OTONE	BIKE BOXE*			BIKEPOLE*			BIKE*		H2OSTEP			H2O GAG					19:45

Orari e istruttori potrebbero subire variazioni