

### Acquafitness e Acquabike

Orari in vigore dal 27 maggio al 9 agosto 2019 . Le lezioni riprenderanno con orario completo il 16 Settembre 2019

Lezioni da 45 minuti. Orari e istruttori potrebbero subire variazioni. A partire dal 6 giugno, le lezioni di acquagym delle 18 si svolgono nella vasca esterna condizioni climatiche permettendo. Le lezioni di Bike devono essere prenotate (frequenza massima 3 lezioni a settimana). E' richiesta la disdetta in caso di impossibilità a frequentare la lezione prenotata. Attenzione: la mancata disdetta comporterà il blocco alle prenotazioni e alle lezioni per una settimana.

|       | LUNEDI'                       |                           | MARTEDI'                 |                   | MERCOLEDI'         |                      | GIOVEDI'              |                      | VENERDI'                   |                                 |
|-------|-------------------------------|---------------------------|--------------------------|-------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------------|
|       | GYM                           | BIKE                      | GYM                      | BIKE              | GYM                | BIKE                 | GYM                   | BIKE                 | GYM                        | BIKE                            |
| 13.00 | H20AEROBICS<br>martina        | BIKE<br>alessandra/yojan  | H20TONE<br>federica      |                   | H20POWER<br>yojan  |                      | H20GAG<br>yojan       | BIKE<br>fabio        | H20AEROBICS<br>martina     |                                 |
| 18.00 | H20AEROBICS<br>federica/yojan | BIKE<br>yojan/federica    | H20DANCE<br>martina      | BIKE<br>federica  | H20GAG<br>yojan    | BIKE<br>martina      | H20TONE<br>yojan      | BIKE<br>martina      | H20TONE<br>yojan/francesca | TABATABIKE<br>martina           |
| 19.00 | H20GAG<br>yojan               | BIKETRAINING<br>francesca | H20AEROBICS<br>francesca | BIKE<br>francesca | H20TONE<br>martina | SPECIALBIKE<br>yojan | H20POWER<br>yojan     | BIKECROSS<br>martina | H20CIRCUIT<br>francesca    | BIKE<br>martina                 |
| 19.45 |                               | BIKE<br>francesca         | BPMTRAINING<br>martina   |                   | H20STEP<br>yojan   |                      | H20COMBACT<br>martina |                      |                            | ABC arms bike core<br>francesca |

### Nuoto libero sportivo

Libera frequenza negli orari previsti. A bordo vasca presente un tecnico qualificato disponibile a fornire indicazione di base e piani di allenamento.  
Corsie riservate al nuoto veloce e al nuoto con pinne e palette (a discrezione del tecnico). **Vasca da 25 m Indoor**

Orari in vigore dal 27 maggio all'8 giugno 2019

IMPIANTO VASCA A - CORSIE DA 25 m - INDOOR

| LUNEDI        | MARTEDI'     | MERCOLEDI'    | GIOVEDI'      | VENERDI'      | SABATO        | DOMENICA |
|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------|
| 12.00 - 16.00 | 07.30- 16.00 | 07.30 - 16.00 | 07.30 - 16.00 | 07.30 - 16.00 | 12.00 - 14.00 | chiuso   |

Orari in vigore dal 10 giugno al 3 agosto 2019. Vasca chiusa dal 4 agosto al 1 settembre 2019

IMPIANTO VASCA A - CORSIE DA 25 m

| LUNEDI       | MARTEDI'     | MERCOLEDI'   | GIOVEDI'     | VENERDI'     | SABATO       | DOMENICA |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------|
| 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 08.30- 14.00 | chiuso   |

Orari in vigore dal 2 settembre 2019

IMPIANTO VASCA A - corsie da 25 m fino al 14 settembre - IMPIANTO VASCA B corsie da 50 m a partire dal 16 settembre

| LUNEDI       | MARTEDI'     | MERCOLEDI'   | GIOVEDI'     | VENERDI'     | SABATO       | DOMENICA |
|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|----------|
| 12.00- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 07.30- 21.30 | 08.30- 18.00 | chiuso   |

### PISCINA ESTIVA - IMPIANTO VASCA B - vasca parzialmente allestita con corsie da 50m dal lunedì al sabato - OUTDOOR

Orari in vigore dal 6 giugno al 1 settembre 2019

Impianto aperto dalle 10.30 alle 19.30. Balneazione secondo prospetto che segue

| LUNEDI      | MARTEDI'    | MERCOLEDI'  | GIOVEDI'    | VENERDI'    | SABATO      | 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 | 10.30-18.45 |

### Scuola Nuoto - vasca indoor

Orari in vigore dal 10 giugno al 3 agosto 2019. Lezioni sospese dal 27 maggio al 9 giugno e dal 4 agosto al 15 settembre 2019

|       | LUNEDI' | MARTEDI'        | MERCOLEDI'   | GIOVEDI'        | VENERDI'     |
|-------|---------|-----------------|--------------|-----------------|--------------|
| 19.30 |         | perfezionamento |              | perfezionamento |              |
| 19.45 |         |                 | principianti |                 | principianti |

Per esigenze tecniche e di servizio, gli orari dei corsi e gli istruttori potrebbero subire variazioni in qualsiasi momento.

**CHIUSURE PREVISTE: 24 giugno e 15 agosto 2019. In queste date rimarrà aperta la piscina estiva.**