

PISCINA ORARI

BABY: **Dai 3 mesi ai 3 anni** **Mono-settimanale** **Lezione da 40'**

Mercoledì 11.00 Sabato 17.30, 18.10

S.N. BAMBINI: **Dai 3 anni ai 16anni – Lezione da 50' di nuoto**

Lunedì – Giovedì	dalle ore 15.30 alle ore 18.00	(15.30 low cost)
Martedì – Venerdì	dalle ore 15.30 alle ore 18.20	(15.30 low cost)
Mercoledì-Sabato	dalle ore 15.30 alle ore 18.00	
Sabato mattina	dalle ore 9.30 alle ore 11.25	

(possibilità di abbinare il mercoledì al sabato)

S.N. ADULTI: **Dai 16 anni in poi - Lezione da 50' di nuoto**

Lunedì – Giovedì	14.00, 19.20, 20.10, 21.00
Martedì – Venerdì	11.30, 14.00, 19.10, 20.00, 20.50

ACQUA FITNESS: (Acquagym) **Lezione da 50' in acqua**

Lunedì	09.30	10.30	13.30	19.15
Martedì	09.30	10.30	13.30	19.15
Mercoledì	09.30	10.30	13.30	19.15
Giovedì	09.30	10.30	13.30	19.15
Venerdì	09.30	10.30	13.30	19.15
Sabato		12.30		

MASTER: **Lunedì 20.30 (all. da 90') Mercoledì 20.30 (all. da 90') Venerdì 20.30 Sabato 08.30 (all. da 90')**

PRE-AGONISTICA: **Maschi fino all'anno '07 e femmine fino al '08 (con esperienza, 60' in acqua)**

Mercoledì 17.00 – Sabato 14.30

AGONISTICA: **Dal lunedì al venerdì 14.30 – 19.00 Sabato 14.30**

IDRO-BIKE: **Lezioni da 45 minuti**

Lunedì	14.20
Giovedì	14.20

NUOTO LIBERO:

Dal Lunedì al Venerdì		07.00 – 15.00	19.00 – 22.00
Sabato	08.00 – 09.30	12.30 – 15.00	17.30 – 20.00
Domenica		09.00 – 14.00	