

ACQUA GYM

LUN	MAR	MER	GIOV	VEN
SOFT 8.45	GYM 8.30		SOFT 8.45	GYM 8.30
GYM 9.30	SOFT 9.15		GYM 9.30	SOFT 9.15
CIRCUIT 10.15			CIRCUIT 10.15	
ACQUAEROBICA 18.45	ACQUAEROBICA 18.45		ACQUAEROBICA 18.45	ACQUAEROBICA 18.45
ACQUALTA 19.30	CIRCUIT 19.30	ACQUALTA 19.00	ACQUALTA 19.30	CIRCUIT 19.30

INTENSITÀ

BASSA

MEDIA

ALTA