

ACQUA GYM

LUN	MAR	MER	GIOV	VEN	SAB
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	GYM 10.00		CIRCUIT 10.15	GYM 10.00	
CIRCUIT 13.00			CIRCUIT 13.00		ACQUALTA* 12.00
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	
CIRCUIT 20.15			CIRCUIT 20.15		

INTENSITÀ

BASSA

MEDIA

ALTA

*da Ottobre
a Maggio
compreso