

PLANNING CORSI ACQUA STEVEN DAL 04/11/2019 AL 15/12/2019

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
9.15 10.15 AQUACROSSFIT	9.15 10.00 AQUADYNAMIC	9.15 10.00 AQUAWORK	9.15 10.15 AQUA CIRCUITONE	9.15 10.00 ACQUAGYM		
10.15 11.00 AQUA AEROBICS		10.00 10.45 ACQUAGYM	10.15 11.00 AQUA STEP			
13.00 13.45 ACQUAGYM	13.00 14.00 AQUAWORK(30) AQUADYNAMIC(30)	13.00 13.45 ACQUAGYM	13.00 13.45 AQUAWORK	13.00 13.45 AQUATONUS		
15.45 16.45 PRE PARTO			16.30 17.30 POST PARTO			
16.45 17.30 ACQUAGYM						
	17.30 18.15 ACQUAGYM	17.30 18.15 ACQUAGYM	17.30 18.15 AQUATABATA			
18.15 19.00 AQUAWORK	18.15 19.00 CIRCUITO	18.15 19.00 ACQUAGYM	18.15 19.00 ACQUAGYM	18.15 19.00 AQUATABATA		
19.00 19.45 BIKE	19.00 19.45 AQUAWORK	19.00 19.45 ACQUABIKE	19.00 19.45 AQUADYNAMIC	19.00 19.45 ACQUAGYM		
19.45 20.30 ACQUAPOLE		19.45 20.30 AQUADYNAMIC				

-  FORZA E TONO
-  CARDIO
-  CARDIO TONO

PER UN MIGLIOR SERVIZIO GLI INSEGNANTI E LE LEZIONI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI IN QUALSIASI MOMENTO A DISCREZIONE DELLA DIREZIONE. PER QUESTIONI DI SICUREZZA E NORMATIVE, E' VIETATO L'INGRESSO AI MINORI DI 16 ANNI ANCHE SE ACCOMPAGNATI DA ADULTI.