

PLANNING ATTIVITA' SPORTIVE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE ED AL FITNESS

IN VIGORE DAL 20 al 31 LUGLIO 2026

ORARIO	LUNEDI	ORARIO	MARTEDI	ORARIO	MERCOLEDÌ	ORARIO	GIOVEDÌ	ORARIO	VENERDÌ			ORARIO	DOMENICA
		09:30 10.30	METODO ACQUATONE FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE			09:30 10.30	METODO ACQUAENERGY FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE						
09:45 10.45	METODO ACQUAENERGY FRANCESCA PISCINA ESTERNA SELENE			09:45 10.45	METODO ACQUAFUSION FRANCESCA PISCINA ESTERNA SELENE			09:45 10.45	METODO ACQUACARDIO FRANCESCA PISCINA ESTERNA SELENE				
		11.00 12.00	METODO ACQUAGAG FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE			11.00 12.00	METODO ACQUATONE FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE			 ----- FARE LA DOCCIA E INDOSSARE LA CUFFIA PRIMA DI ACCEDERE IN VASCA ----- LE SCARPETTE PER L'IDROBIKE VANNO CALZATE ESCLUSIVAMENTE BORDO PISCINA ----- E' VIETATO UTILIZZARE CREME, OLII E TRUCCO			
		13:30 14.30	METODO ACQUACIRCUIT FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE			13:30 14.30	METODO ACQUACARDIO FEDERICO PISCINA ESTERNA SELENE						
17.30 18.30	METODO ACQUAENERGY ANTONIO	17.30 18.30	METODO STEP E IDROBIKE ANTONIO			17.30 18.30	METODO ACQUAENERGY ANTONIO						
18.30 19.30	METODO ACQUATONE ANTONIO	18.30 19.30	METODO IDROBIKE ANTONIO			18.30 19.30	METODO ACQUAGAG ANTONIO						
19.30 20.30	IDROBIKE ANTONIO					19.30 20.30	METODO IDROBIKE ANTONIO						
20.30 21.30	METODO ACQUATONE E IDROBIKE ANTONIO	19.30 20.30	METODO ACQUAKICKBOXE ANTONIO			20.30 21.30	METODO ACQUAKICKBOXE ANTONIO						

LA DIREZIONE SI RISERVA DI MODIFICARE IL SEGUENTE PLANNING ORARIO IN QUALSIASI MOMENTO
NEI MESI ESTIVI IL PLANNING SUBIRA' MODIFICHE AGLI ORARI

Tutte le lezioni sono A PRENOTAZIONE. Il numero massimo di persone verrà stabilito in base alla capienza della piscina e all'attrezzatura utilizzata.
LEZIONI CON MENO DI 4 PARTECIPANTI VERRANNO ANNULLATE SENZA PREAVVISO

LE LEZIONI DELLA MATTINA SI SVOLGERANNO PRESSO LA PISCINA DELL'HOTEL SELENE