

PISCINA

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO		DOMENICA	
8:00	NUOTO AMICO			08:15	ACQUA IN MOVIMENTO-NUOTO			08:00	NUOTO AMICO	08:45	ACQUATICITÀ NEONATALE	08:45	ACQUATICITÀ NEONATALE
08:45	ACQUA POSTURALE ANTALGICA	09:00	ACQUAGYM	09:00	RECUPERO FUNZIONALE			8:45	ACQUA POSTURALE ANTALGICA	09:30	NUOTO BAMBINI	09:30	ACQUATICITÀ NEONATALE
		09:45	ACQUAGYM	09:45	RECUPERO FUNZIONALE					10:15	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI	10:15	NUOTO BAMBINI
11:00	ACQUATICITÀ NEONATALE	10:30	NUOTO ADULTI BASE	10:45	RECUPERO FUNZIONALE			11:00	ACQUATICITÀ NEONATALE	11:00	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI	11:00	NUOTO BAMBINI
11:45	ACQUATICITÀ NEONATALE	11:15	NUOTO ADULTI			12:15	NUOTO AMICO			11:45	ACQUATICITÀ NEONATALE	11:45	ACQUATICITÀ NEONATALE – NUOTO BAMBINI
12:30	ACQUAGYM			12:30	ACQUA CIRCUIT					12:30	GESTANTI		
14:15	ACQUA POSTURALE ANTALGICA	14:15	ACQUA POSTURALE ANTALGICA			14:15	ACQUA POSTURALE ANTALGICA	14:45	NUOTO ADULTI	13:30	NUOTO ADULTI		
15:45	ACQUATICITÀ NEONATALE	15:30	PROPEDEUTICA SINCRO	15:45	ACQUATICITÀ NEONATALE	15:30	PROPEDEUTICA SINCRO	15:30	ACQUATICITÀ NEONATALE	14:15	ACQUATICITÀ NEONATALE		
16:30	NUOTO BAMBINI	16:30	NUOTO BAMBINI	16:30		ACQUATICITÀ NEONATALE – NUOTO BAMBINI	16:15	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI	15:00	NUOTO BAMBINI			
17:15	NUOTO BAMBINI	17:15	NUOTO BAMBINI	17:15	NUOTO BAMBINI	17:15	NUOTO BAMBINI	17:00	NUOTO BAMBINI	15:45	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI		
18:00	NUOTO BAMBINI	18:00	NUOTO BAMBINI	18:00	ACQUATICITÀ NEONATALE – NUOTO BAMBINI	18:00	NUOTO BAMBINI	17:45	NUOTO BAMBINI	16:30	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI		
18:45	ACQUACQUA POSTURALE ANTALGICA	18:45	NUOTO BAMBINI	18:45	ACQUA POSTURALE ANTALGICA	18:45	ACQUATICITÀ NEONATALE – NUOTO BAMBINI	18:30	NUOTO BAMBINI	17:15	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI		
19:30	ACQUAFIT	19:30	ACQUAGYM	19:30	ACQUATRaining	19:45	NUOTO ADULTI			18:00	ACQUATICITÀ NEONATALE NUOTO BAMBINI		
20:15	ACQUA BALANCE	20:15	ACQUA PILATES	20:15	ACQUACIRCUIT								

INFO & PRENOTAZIONI

ENERGY CENTER VILLAGGIO AMICO | via Stazione n. 3 21040 Gerenzano VA *(citofono digitale 010)*
02 96 48 13 19 | energycenter@villaggioamico.it | www.energycenter.online