



# OPEN WEEKEND

SABATO 9 DOMENICA 10 SETTEMBRE 2017

ALL YOU NEED IS HERE!

#CAMPUSLIFESTYLE



# PISCINA

## SABATO 9

## DOMENICA 10

	Vasca 1			Vasca 2			Vasca 3		Vasca 1			Vasca 2		Vasca 3	
	0,50+0,90 m	1,25 m	4,00 m	corsie 1-2-3-4	corsie 5-6-7	corsia 8	1,20 m	1,40 m	0,50+0,90 m	1,25 m	4,00 m	corsie 1-2-3-4	corsie 5-6-7-8	1,20 m	1,40 m
10.00	Bebè 4-15 mesi Dimostrazione e Prova	Sub Dimostrazione e prova	Scuola nuoto Prova e valutazione livelli	Nuoto libero	Sub Dimostrazione e prova		10.00	Nuoto libero per famiglie	10.00	Bebè 4-15 mesi Dimostrazione e Prova		Scuola nuoto Prova e valutazione livelli	Nuoto libero	10.00	Nuoto libero per famiglie
11.00	Pilota - Superpilota Dimostrazione e Prova						11.00	Acqua Gym	11.00	Pilota - Superpilota Dimostrazione e Prova				11.00	Acqua Gym
12.00			12.00		12.00		12.00								
15.00	Bebè e Pilota 4-48mesi Dimostrazione e Prova	Gestanti Dimostrazione e prova	Sub Bambini Dimostrazione e prova	Nuoto Agonistico Allenamento dimostrativo, selezioni e prove	Scuola Nuoto Prova e valutazione livelli + Nuoto libero	Sub Dimostrazione e prova	12.00	Hydrobike 1.20	15.00	Bebè e Pilota 4-48mesi Dimostrazione e Prova		Gestanti Dimostrazione e prova	Nuoto libero	12.00	Hydrobike 1.20
15.30	Superpilota 24-48 mesi Dimostrazione e Prova	Cross Gym					12.45	X Tempo Acqua	15.30	Superpilota 24-48 mesi Dimostrazione e Prova				15.30	X Tempo Acqua
15.30				15.30		15.30		15.30							
16.00	Giochi in acqua per i bambini (dai 4 ai 6 anni)	Sub Bambini Dimostrazione e prova	Nuoto Sincro Allien. dimost., selezioni e prove				15.00	Double Fusion	16.00	Giochi in acqua per i bambini (dai 4 ai 6 anni)		Scuola Nuoto Prova e valutazione livelli + Nuoto libero	15.00	Acqua GAG	
16.30								16.00	Energy Step				16.30		16.00
16.30							16.30		16.30				16.00		
16.30							16.30		16.30				16.30		
18.00	Corso Bebè Dimostrazione e prova	Gestanti Dimostrazione e prova	Sub Bambini Dimostrazione e prova	Pallanuoto Allenamento dimostrativo, selezioni e prove			17.00	Hydrobike	18.00	Nuoto Sincro Allien. dimost., selezioni e prove			Nuoto Sincro Prova e valutazione livelli + Nuoto libero	17.00	Hydrobike
18.30	Corso Pilota Dimostrazione e prova						17.45		18.30						18.00
18.30							18.00	Acqua Kombat	18.30				18.00		
19.00	Corso Super Pilota Dimostrazione e prova						18.45		19.00				18.30		
19.00							19.00	Acqua GAG	19.00				19.00		
19.30							19.45		19.30				19.00		
									20.00				20.00		

# PALESTRA

## SABATO 9

## DOMENICA 10

	Studio 1	Studio 2	Studio 3	Studio 4	Studio 1	Studio 2	Studio 3	Studio 4
10.00				Soft Yoga				Soft Yoga
11.00								
11.00		H.E.A.T. Circuit	Pilates	Cross Cardio	Group Cycling®	H.E.A.T. Circuit	Pilates	X-Tempo Sculpt
12.00								
12.00	Group Cycling®		KTB Training	Fit Boxe	Group Cycling®	H.E.A.T. Program®	Suspension Training	Power Yoga
13.00		Kick Boxing / Savate	Dance Training	Super Jump				
14.00								
14.00			X-Tempo Sculpt				Functional Training	Strong by Zumba
15.00								
15.00			Pilates Trx	Moove		H.E.A.T. Program®	Pilates Trx	Fit Boxe
16.00								
16.00	Group Cycling®	H.E.A.T. Program®	Functional Training Advance	X-Tempo Energy	Group Cycling®		Zumba	A.A.S. Super Jump kombat
17.00								
17.00	Group Cycling®	H.E.A.T. Program®	Strong by Zumba	A.A.S. SuperJump kombat			Moove	Cross Cardio
18.00								



**Swimland**  
pizza & restaurant  
Ristorante  
Pizzeria

**Sabato 9  
dalle 18**  
**Domenica 10  
dalle 18**

Presentazione nuovo menù  
Partecipa al nostro aperitivo  
Presentazione nuovo menù  
con degustazione



Sabato 9 e Domenica 10  
Imperdibili offerte per te



Ci prendiamo cura di te

### GRANDE NOVITA'

La Dott.ssa Anna Mattarozzi sarà disponibile il 9 e il 10 per l'emissione del **Certificato Medico** per l'attività sportiva non agonistica al prezzo promo di € 35,00

Sportello aperto con la nostra **Dietista Dott.ssa Cinzia Ferraris** per consigli e informazioni sul percorso nutrizionale

### BABY PARKING



attivo e gratuito con animatore  
**Sabato 9 | 10.00 - 20.00**  
**Domenica 10 | 10.00 - 18.00**