

PLANNING DELLE ATTIVITÀ GINNICO-MOTORIE ACQUATICHE APPLICATIVA ALLE DISCIPLINE DEL NUOTO

STAGIONE 2022.2023

Ora	Corso Istruttore	vasca	Ora	Corso Istruttore	vasca	Ora	Corso Istruttore	vasca	Ora	Corso Istruttore	vasca	Ora	Corso Istruttore	vasca	Ora	Corso Istruttore	vasca
Lunedì			Martedì			Mercoledì			Giovedì			Venerdì			Sabato		
09,30 10,15	Acqua Relax Amedeo	🕒 3				09,30 10,15	Acqua Draining System Francesca	🕒 3	09,30 10,15	Acqua Relax Francesca	🕒 3	09,30 10,15	Acqua Draining System Matilde	🕒 3	13:00 13:45	Deep Water Rosario	🕒 2
10,30 11,15	Acqua Gym Amedeo	🕒 3	10,30 11,15	Acqua Gym Veronica	🕒 3	10,30 11,15	Acqua Gym Francesca	🕒 3	10,30 11,15	Acqua Gym Francesca	🕒 3	10,30 11,15	Acqua Gym Matilde	🕒 3	15:30 16:15	Acquagym Veronica	🕒 3
12,30 13,15	Hydrobike Veronica/Francesco	🕒 3	12,30 13,15	Acqua Kombat Veronica	🕒 3	12,30 13,15	Acqua Gym Veronica	🕒 3	13,00 13,45	Hydrobike Veronica	🕒 3	13,00 13,45	Water Step Francesca	🕒 3	18:30 19:15	Acqua Circuit Veronica	🕒 3
16,15 17,00	Acquagym Francesca	🕒 3	16,15 17,00	Water Step Veronica	🕒 3	16,15 17,00	Hydrobike Veronica	🕒 3	16,15 17,00	Acqua Gag Veronica	🕒 3	16,15 17,00	Acquagym Francesca	🕒 3	Domenica		
18:30 19:15	Acqua Circuit Francesco	🕒 3	18:30 19:15	Water Step Francesca	🕒 3	18:30 19:15	Hydrobike Rosario	🕒 3	18:30 19:15	Acqua Power Gym Silvia	🕒 3	18:30 19:15	Acqua Cardio Francesco	🕒 3	12:15 13:00	Acquagym A rotazione	🕒 3
19:15 20:00	Interval Trainig Andrea	🕒 3	19:15 20:00	Acqua Cardio Francesco	🕒 3	19:15 20:00	Acqua Gag Rosario	🕒 3	18:30 19:15	Jump Rosario	🕒 3	19:15 20:00	Acqua Tabata Francesco	🕒 3	INFORMAZIONI UTILI		
20:00 20:45	Acqua Gym Andrea	🕒 3	20:00 20:45	Acqua Kombat Francesco	🕒 3	20:00 20:45	Jump Rosario	🕒 3	19:15 20:00	Acqua Gag Rosario	🕒 3	20:00 20:45	Tread Gym Rosario	🕒 3	NEW		🕒 *
20:45 21:30	Hydrobike Andrea	🕒 3	20:45 21:30	Hydrobike Francesco	🕒 3	20:45 21:30	Hydrobike Rosario	🕒 3	19:15 20:00	Hydrobike Silvia	🕒 3	20:45 21:30	Hydrobike Rosario	🕒 3	Corsi a prenotazione		🕒
									20:00 20:45	Kombat Step Silvia	🕒 3				VASCA 25m		🕒 2
															VASCA FITNESS		🕒 3
															Numero minimo partecipanti		4

TUTTI I CORSI SONO A PRENOTAZIONE

Numero dedicato
dalle ore 9:00 alle ore 21:00
0382.383614

Scarica la nostra App



campus
aquae pavia