

# ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 1 AL 27 APRILE 2019

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

10:30  
11:15 ACQUAGYM

10:30  
11:15 ACQUAGYM

10:30  
11:15 ACQUAGYM

10:30  
11:15 ACQUAGYM

NUOTO LIBERO

13:30  
14:30 PUMP

10:30  
11:15 FUNCTIONAL TRAINING

11:30  
12:30 PILATES

10:30  
11:15 FUNCTIONAL TRAINING

11:30  
12:30 PILATES

10:00  
13:00  
16:30  
19:30

14:00  
14:15 ABS

13:45  
14:30 KILL KALORIES CIRCUIT

13:30  
14:15 TOTAL BODY WORKOUT

13:30  
14:15 YOGA FLEX

13:30  
14:30 PUMP

■ SALA CORSI 1  
■ SALA CORSI 2  
■ SALA CORSI 3  
■ PISCINA

18:30  
19:15 KILL KALORIES CIRCUIT

18:30  
19:30 PUMP

14:00  
14:15 ABS

18:30  
19:15 TOTAL BODY WORKOUT

14:00  
14:15 ABS

CORSO DI NUOTO BAMBINI

18:45  
19:30 ACQUAGYM

19:00  
20:00 SPINNING

18:30  
19:15 TONIC STEP

19:00  
20:00 SPINNING

18:30  
19:30 PUMP

LUNEDÌ - GIOVEDÌ

19:00  
19:45 FUNCTIONAL TRAINING

19:00  
19:45 POSTURALE

18:45  
19:30 ACQUAGYM

19:00  
19:45 POSTURALE

18:45  
19:30 ACQUAGYM

17:15  
18:00  
18:00  
18:45

19:30  
20:30 PILATES

19:30  
20:15 ACQUAGYM

19:00  
19:45 FUNCTIONAL TRAINING

19:30  
20:15 ACQUAGYM

19:00  
19:45 FUNCTIONAL TRAINING

MARTEDÌ - VENERDÌ

19:45  
20:00 ABS

19:30  
20:15 BOXE TRAINING

19:30  
20:30 PILATES

19:30  
20:15 TONIC STEP

19:30  
20:15 YOGA FLEX

17:15  
18:00  
18:00  
18:45

20:45  
21:30 GAG HIIT

20:00  
20:15 ABS

19:45  
20:00 ABS

20:00  
20:15 ABS

19:45  
20:00 ABS

CORSO DI NUOTO ADULTI

NUOTO LIBERO

10:00  
17:15  
19:30  
21:00  
22:30

NUOTO LIBERO

11:15  
14:00  
17:15  
21:45  
22:30

NUOTO LIBERO

11:15  
16:30  
18:45  
19:30  
22:30

NUOTO LIBERO

11:15  
14:00  
17:15  
21:45  
22:30

NUOTO LIBERO

11:15  
17:15  
19:30  
21:00  
22:30

MARTEDÌ - GIOVEDÌ

18:45  
19:30  
20:15  
21:00  
21:45



PRENOTA I CORSI SU  
[WWW.OLIWELL.IT](http://WWW.OLIWELL.IT)

OLIWELL

LA PRENOTAZIONE DEI CORSI È OBBLIGATORIA. IL PRESENTE ORARIO NON È VINCOLANTE E POTREBBE SUBIRE DELLE MODIFICHE PER MOTIVI ORGANIZZATIVI E MIGLIORATIVI DEL SERVIZIO. IL CLUB OLIWELL È APERTO DAL LUNEDÌ AL SABATO CON I SEGUENTI ORARI: LUNEDÌ/VENERDÌ 10:00/22:30, SABATO 10:00/19:30. IL LUNEDÌ DALLE ORE 10 ALLE 12 L'INGRESSO È RISERVATO SOLO AI SOCI DALLA PORTA ESTERNA.