

ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 3 AL 30 GIUGNO 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
13:30 14:30		PUMP	10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING	11:30 12:30	PILATES	10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING
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
18:30 19:15		KILL KALORIES CIRCUIT	18:30 19:30	PUMP	14:00 14:15	ABS	18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT
18:45 19:30		ACQUAGYM	19:00 20:00	SPINNING	18:30 19:15	TONIC STEP	19:00 20:00	SPINNING
19:00 19:45		FUNCTIONAL TRAINING	19:00 19:45	POSTURALE	18:45 19:30	ACQUAGYM	19:00 19:45	POSTURALE
19:30 20:30		PILATES	19:30 20:15	ACQUAGYM	19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	19:30 20:15	ACQUAGYM
19:45 20:00		ABS	19:30 20:15	BOXE TRAINING	19:30 20:30	PILATES	19:30 20:15	TONIC STEP
20:45 21:30		GAG HIIT	19:45 20:00	ABS	19:45 20:00	ABS	19:45 20:00	ABS

NUOTO LIBERO		
10:00 13:00	13:00 16:30	16:30 19:30

- SALA CORSI 1
- SALA CORSI 2
- SALA CORSI 3
- PISCINA

CORSO DI NUOTO BAMBINI

LUNEDÌ - GIOVEDÌ	
17:15 18:00	18:00 18:45

MARTEDÌ - VENERDÌ	
17:15 18:00	18:00 18:45

CORSO DI NUOTO ADULTI

MARTEDÌ - GIOVEDÌ		
18:45 19:30	20:15 21:00	21:00 21:45

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

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

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

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

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

**PRENOTA I CORSI SU
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 10:00/20:00. IL LUNEDÌ DALLE ORE 10 ALLE 12 L'INGRESSO È RISERVATO SOLO AI SOCI DALLA PORTA ESTERNA.