

ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 3 AL 29 LUGLIO 2017

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

13:30 14:15	CIRCUIT TONE	10:30 11:15	ACQUA FIT	10:30 11:30	PILATES	10:30 11:15	ACQUAGYM	10:30 11:30	PILATES	10:30 11:15	ACQUAGYM				
14:15 14:30	ABS	10:30 11:15	FITBALL & BODY BAR	10:30 11:15	ACQUA GAG	10:30 11:15	GAG	10:30 11:15	ACQUA TONE	11:30 12:15	YOGA FLEX				
13:45 14:30	ELASTIC BAND	13:45 14:30	GAG	13:30 14:15	PUMP	13:30 14:15	BOXE TRAINING	13:30 14:15	KILL KALORIES CIRCUIT	12:30 13:15	KILL KALORIES CIRCUIT				
18:30 19:15	KILL KALORIES CIRCUIT	18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT	13:30 14:15	FITBALL	13:45 14:30	GAG	13:45 14:30	ABS & TONE	NUOTO LIBERO					
18:45 19:30	ACQUAGYM	19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	14:15 14:30	ABS	18:30 19:15	EXTREME GAG	18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT	11:15 13:00	13:00 16:30	18:00 19:30			
18:45 19:30	POSTURALE	19:00 20:00	SPINNING	18:30 19:15	PUMP	19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	18:45 19:30	POSTURALE	CORSO DI NUOTO BAMBINI					
19:30 20:30	PILATES	19:30 20:15	ACQUA TONE	18:45 19:30	POSTURALE	19:30 20:15	STEP DANCE	18:45 19:30	ACQUAGYM	LUNEDÌ - GIOVEDÌ					
19:30 20:00	GAG	19:30 20:15	STEP DANCE	18:45 19:30	ACQUAGYM	19:30 20:15	ACQUA GAG	19:00 20:00	SPINNING	17:15 18:00	18:00 18:45				
20:00 20:45	ZUMBA fitness	20:45 21:30	YOGA FLEX	19:30 20:00	GAG	NUOTO LIBERO		19:30 20:30	PILATES	MARTEDÌ - VENERDÌ					
20:15 21:00	ACQUAGYM	NUOTO LIBERO		19:30 20:30	PILATES	11:15 14:00	14:00 17:15	21:45 22:30	19:30 20:00	17:15 18:00	18:00 18:45				
20:45 21:30	TOTAL BODY WORKOUT	11:15 14:00	14:00 17:15	21:45 22:30	20:00 20:15	ABS			20:15 21:00	ACQUAGYM	MERCOLEDÌ - SABATO				
NUOTO LIBERO						20:15 21:00	ACQUAGYM			20:30 21:15	CARDIO & TONE	16:30 17:15	17:15 18:00		
10:00 17:15	19:30 20:15	21:00 22:30									CORSO DI NUOTO ADULTI				
												MARTEDÌ - GIOVEDÌ			
										11:15 17:15	19:30 20:15	21:00 22:30	18:45 19:30	20:15 21:00	21:00 21:45

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

OLIWELL

**PRENOTA I CORSI SU
WWW.OLIWELL.IT**

È OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE E L'ESIBIZIONE DELLO SCONTRINO ALL'ISTRUTTORE. 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 10 ALLE 12. L'INGRESSO È RISERVATO SOLO AI SOCI