

ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 2 AL 30 GIUGNO 2018

| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ | SABATO |
|--|---|--|---|--|--|
| 13:30 14:15 TOTAL BODY WORKOUT | 10:30 11:15 ACQUAGYM | 10:30 11:30 PILATES | 10:30 11:15 ACQUAGYM | 10:30 11:30 PILATES | 10:30 11:15 ACQUAGYM |
| 14:00 14:15 ABS | 10:30 11:15 FUNCTIONAL TRAINING | 10:30 11:15 ACQUAGYM | 10:30 11:15 FUNCTIONAL TRAINING | 10:30 11:15 ACQUAGYM | 11:30 12:15 YOGA FLEX |
| 18:30 19:15 KILL KALORIES CIRCUIT | 13:45 14:30 TONIC STEP | 13:30 14:15 GAG EXTREME | 13:30 14:15 BOXE TRAINING | 13:30 14:15 KILL KALORIES CIRCUIT | 12:30 13:15 KILL KALORIES CIRCUIT |
| 18:45 19:30 ACQUAGYM | 18:30 19:15 TOTAL BODY WORKOUT | 14:00 14:15 ABS | 18:30 19:15 GAG EXTREME | 14:00 14:15 ABS | NUOTO LIBERO |
| 19:00 19:45 POSTURALE | 19:00 20:00 SPINNING® | 18:30 19:15 TONIC STEP | 19:00 20:00 SPINNING® | 18:30 19:15 TOTAL BODY WORKOUT | 11:15 13:00 18:00 19:30 |
| 19:30 20:30 PILATES | 19:00 19:45 FUNCTIONAL TRAINING | 18:45 19:30 ACQUAGYM | 19:00 19:45 FUNCTIONAL TRAINING | 18:45 19:30 ACQUAGYM | |
| 20:00 20:15 ABS | 19:30 20:15 STEP DANCE | 19:00 19:45 POSTURALE | 19:30 20:15 TONIC STEP | 19:00 19:45 POSTURALE | |
| 20:45 21:15 GAG HIIT | 19:30 20:15 ACQUAGYM | 19:30 20:30 PILATES | 19:30 20:15 ACQUAGYM | 19:30 20:30 PILATES | |
| NUOTO LIBERO | 20:00 20:15 ABS | 20:00 20:15 ABS | 20:00 20:15 ABS | 20:00 20:15 ABS | |
| 10:00 17:15 19:30 21:00 22:30 | 20:45 21:30 YOGA FLEX | NUOTO LIBERO | 20:45 21:30 YOGA FLEX | NUOTO LIBERO | |
| | NUOTO LIBERO | 11:15 16:30 18:00 18:45 19:30 22:30 | NUOTO LIBERO | 11:15 17:15 19:30 21:00 22:30 | |
| | 11:15 14:00 17:15 21:45 22:30 | | 11:15 14:00 17:15 21:45 22:30 | | |



PRENOTA I CORSI SU
WWW.OLIWELL.IT

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

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 10 ALLE 12. L'INGRESSO È RISERVATO SOLO AI SOCI