

ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 1 GENNAIO AL 31 MARZO 2019

LUNEDÌ MARTEDÌ MERCOLEDÌ GIOVEDÌ VENERDÌ SABATO

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 14:15	PUMP	10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING	11:30 12:15	PILATES	10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING	11:30 12:15	PILATES	10:00 13:00	13:00 16:30	16:30 19:30						
14:00 14:15	ABS	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	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;">■ SALA CORSI 1</div> <div style="width: 30%;">■ SALA CORSI 2</div> <div style="width: 30%;">■ SALA CORSI 3</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;">■ PISCINA</div> </div>								
18:30 19:15	KILL KALORIES CIRCUIT	18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT	14:00 14:15	ABS	18:30 19:15	GAG EXTREME	14:00 14:15	ABS	CORSO DI NUOTO BAMBINI								
18:45 19:30	ACQUAGYM	19:00 19:45	POSTURALE	18:30 19:15	TONIC STEP	19:00 19:45	POSTURALE	18:30 19:15	PUMP	LUNEDÌ - GIOVEDÌ								
19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	19:00 20:00	SPINNING	18:45 19:30	ACQUAGYM	19:00 20:00	SPINNING	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	STEP DANCE	19:30 20:30	PILATES	19:30 20:15	TONIC STEP	19:30 20:30	PILATES	17:15 18:00	18:00 18:45							
20:45 21:15	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		NUOTO LIBERO		NUOTO LIBERO		NUOTO LIBERO		NUOTO LIBERO	MARTEDÌ - GIOVEDÌ								
10:00 17:15	19:30 21:00	21:00 22:30		11:15 14:00	14:00 17:15	21:45 22:30		11:15 16:30	16:30 18:45	19:30 22:30		11:15 14:00	14:00 17:15	21:45 22:30		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 10 ALLE 12. L'INGRESSO È RISERVATO SOLO AI SOCI