ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 6 NOVEMBRE AL 31 DICEMBRE 2017

LUNEDÌ

13:30 14:15	TOTAL BODY WORKOUT
14:00 14:15	ABS
18:30 19:15	KILL KALORIES CIRCUIT
18:45 19:30	ACQUAGYM
19:00 19:45	POSTURALE
19:30 20:30	PILATES
20:00 20:15	ABS
20:15 21:00	ACQUAGYM
20:45 21:15	GAG HIIT

NUOTO LIBERO

10:00 17:15 | 19:30 20:15 | 21:00 22:30

MARTEDÌ

10:30 11:15	ACQUAGYM
10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING
13:45 14:30	TONIC STEP
18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT
19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING
19:30 20:15	ACQUAGYM
19:00 20:00	SPINNING
19:30 20:15	STEP DANCE
20:00 20:15	ABS
20:45 21:30	YOGA FLEX

NUOTO LIBERO

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

MERCOLEDÌ

10:30 11:30	PILATES
11:30 12:15	ACQUAGYM
13:30 14:15	GAG EXTREME
14:00 14:15	ABS
18:30 19:15	TONIC STEP
18:45 19:30	ACQUAGYM
19:00 19:45	POSTURALE
19:30 20:30	PILATES
20:00 20:15	ABS
20:15 21:00	ACQUAGYM

NUOTO LIBERO

10:00 11:30 | 12:15 16:30 | 18:00 18:45 | 19:30 20:15 | 21:00 22:30

GIOVEDÌ

10:30 11:15	ACQUAGYM
10:30 11:15	FUNCTIONAL TRAINING
13:30 14:15	BOXE TRAINING
18:30 19:15	GAG EXTREME
19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING
19:30 20:15	TONIC STEP
19:30 20:15	ACQUAGYM
20:00 20:15	ABS
20:45 21:30	YOGA FLEX

NUOTO LIBERO

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

VENERDÌ

10:30 11:30	PILATES
11:30 12:15	ACQUAGYM
13:30 14:15	KILL KALORIES CIRCUIT
14:00 14:15	ABS
18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT
18:45 19:30	ACQUAGYM
19:00 19:45	POSTURALE
19:00 20:00	SPINNING
19:30 20:30	PILATES
20:00 20:15	ABS

NUOTO LIBERO

10:00 11:30 | 12:15 17:15 | 19:30 20:15 | 21:00 22:30

SABATO

10:30 11:15	ACQUAGYM
11:30 12:15	YOGA FLEX
12:30 13:15	KILL KALORIES CIRCUIT

NUOTO LIBERO

11:15 13:00 | 13:00 16:30 | 18:00 19:30

CORSO DI NUOTO BAMBINI

LUNEDÌ - GIOVEDÌ

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

MARTEDÌ - VENERDÌ

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

MERCOLEDÌ - SABATO

16:30 17:15 | 17:15 18:00

CORSO DI NUOTO ADULTI

MARTEDÌ - GIOVEDÌ

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

PRENOTA I CORSI SU WWW.OLIWELL.IT

OLIWELL

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

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