

ORARI CORSI FITNESS E PISCINA VALIDI DAL 2 OTTOBRE AL 31 DICEMBRE 2017

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 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	18:30 19:15	TONIC STEP	19:00 19:45	FUNCTIONAL TRAINING	18:30 19:15	TOTAL BODY WORKOUT	11:15 13:00	13:00 16:30	18:00 19:30
19:30 20:30	PILATES	19:30 20:15	ACQUAGYM	18:45 19:30	ACQUAGYM	19:30 20:15	TONIC STEP	18:45 19:30	ACQUAGYM	CORSO DI NUOTO BAMBINI		
20:00 20:15	ABS	19:00 20:00	SPINNING	19:00 19:45	POSTURALE	19:30 20:15	ACQUAGYM	19:00 19:45	POSTURALE	LUNEDÌ - GIOVEDÌ		
20:15 21:00	ACQUAGYM	19:30 20:15	STEP DANCE	19:30 20:30	PILATES	20:00 20:15	ABS	19:00 20:00	SPINNING	17:15 18:00	18:00 18:45	
20:45 21:15	GAG HIIT	20:00 20:15	ABS	20:00 20:15	ABS	20:45 21:30	YOGA FLEX	19:30 20:30	PILATES	MARTEDÌ - VENERDÌ		
NUOTO LIBERO			20:45 21:30	YOGA FLEX	20:15 21:00	ACQUAGYM	NUOTO LIBERO			20:00 20:15	ABS	
10:00 17:15	19:30 20:15	21:00 22:30	NUOTO LIBERO			NUOTO LIBERO			NUOTO LIBERO			
11:15 14:00	14:00 17:15	21:45 22:30	11:15 16:30	18:00 18:45	19:30 20:15	NUOTO LIBERO			11:15 17:15	19:30 20:15	21:00 22:30	
									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