

PLANNING ATTIVITA' ACQUA 2024 I 2025

ORARIO	VASCA	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato		Domenica	
		GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA	GRANDE	PICCOLA
09:00 - 09:50												ACQUA CARDIO MARINA			
11:00 - 11:50														ACQUA GYM	
														a rotazione	
11:50 - 12:40													HYDROBIKE		
													GIANLUCA		
12:00 - 12:50															HYDROBIKE
															a rotazione
12:05 - 12:55		ACQUA CARDIO MARINA						ACQUA CARDIO MARINA							
12:30 - 13:20			AQUAGAG	ACQUA GYM	HYDROBIKE	AQUAGAG	ACQUAGAG		HYDROBIKE	AQUAGAG	ACQUAGAG			ORARIO APERTURA E CHIUSURA Lunedì - Venerdì dalle 07:00 alle 22:30 Sabato dalle 07:00 alle 19:30 Domenica dalle 08:00 alle 14:00 Tel. 0640072346	
			FABIO	VERONICA	ALESSANDRA	SIGISMONDO	FABIO		ALESSANDRA	ALESSANDRA	SIGISMONDO				
13:00 - 13:50													ACQUA TONE		
													GIANLUCA		
13:20 - 14:10		ACQUA CARDIO MARINA													
13:30 - 14:20			HYDROBIKE		ACQUAGAG		HYDROBIKE		ACQUA CIRCUIT	ACQUACARDIO	HYDROBIKE				
			FABIO		VERONICA		SIGISMONDO		MARINA	SIGISMONDO	ALESSANDRA				
18:20 - 19:10			HYDROBIKE		ACQUA TONE		ACQUA TRAINING		HYDROBIKE		ACQUA TRAINING				
			GIANLUCA		ALESSANDRA		ALESSANDRA		MARINA		GIANLUCA				
19:20 - 20:10			ACQUA TRAINING		HYDROBIKE		HYDROBIKE		ACQUA TONE		HYDROBIKE				
			GIANLUCA		ALESSANDRA		ALESSANDRA		MARINA		GIANLUCA				

NUOTO LIBERO	07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/14:30		08:00/13:30	
	12:30/15:00		12:30/14:30		12:30/15:00		12:30/15:00		12:30/14:30					
	19:00/21:30		19:00/21:30		19:00/21:30		19:00/21:30		19:00/21:30					
VASCA PICCOLA		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/09:00		07:00/11:50		08:00/12:00
								12:00/12:30				13:50/14:30		13.00/13.30
		20:10/21:30		20:10/21:30		20:10/21:30		20:10/21:30		20:10/21:30				

Numero max 15 vasca piccola
Lezioni Hydrobike max 12 persone
10 ogni corsia vasca grande (max 2 corsie)

In caso di mancanza di posti in una determinata lezione il socio potrà partecipare ad altra attività o attendere un orario successivo.

Consulta il planning lezioni tramite APP per prenotare la tua lezione
mail: info@lasallesport.it Web: www.lasallesport.it Instagram: [lasalle.sport.vf](https://www.instagram.com/lasalle.sport.vf)

E-

Ricordiamo che durante i mesi estivi il planning potrebbe subire alcune variazioni