



Bisettimanale: Lunedì/Giovedì	Bi/Mono: Martedì e/o Venerdì	Mercoledì	Sabato	Domenica	
11.00/11.40 Ondabike	11.00/11.45 Gym (acqua alta)		8.45/9.30 Walking Bike	11.05/11.45 Ondabike	
	11.00/11.45 Acqua Walking		9.30/10.15 Acqua Walking	11.45/12.30 Walking Bike	
11.45/12.30 Walking Bike	11.45/12.30 Wallking Bike *	11.45/12.30 Walking Bike	9.30/10.15 Gym (acqua alta)		
12.45/13.30 Gym (acqua alta)	12.45/13.30 Wallking Bike *	12.30/13.15 Acqua Walking	10.20/11.00 Ondabike		
	13.45/14.30 Acqua Walking	13.45/14.30 Walking Bike			
15.00/15.45 Gym (acqua alta)	15.00/15.40 Ondabike	15.15/15.55 Ondabike	11.50/12.35 Gym (acqua alta)		
	15.45/16.30 Wallking Bike *				
18.30/19.15 Gym (acqua alta)	18.30/19.15 Gym (acqua alta)	16.15/17.00 Gym (acqua alta)			
		18.30/19.15 Gym (acqua alta)	18.30/19.15 Acqua Walking		
18.35/19.15 Ondabike	18.35/19.15 Ondabike	18.35/19.15 Ondabike			
		18.40/19.30 Spin + Nuoto			
19.15/20.00 Gym (acqua alta)	19.15/20.00 Acqua Walking	19.15/20.00 Acqua Walking	NOTE		
Novità:		<u>19.20/20.00 Gym (acqua bassa)</u>		<ul style="list-style-type: none"> • Tutti i corsi con l'asterisco possono essere Mono e Bisettimanali • • • • • • • • • 	
Scegli il tuo corso!!					
19.20/20.00 Ondabike	19.20/20.00 Ondabike *	19.20/20.00 Ondabike			
20.00/20.45 Acqua Walking	20.00/20.45 Trial Water	20.05/20.45 Ondabike			
20.05/20.45 Ondabike	20.05/20.45 Ondabike *	20.10/20.55 Gym (acqua alta)			
20.20/21.00 Gym (acqua bassa)	20.05/20.55 Spin + Nuoto	20.20/21.00 Gym (acqua bassa)			
		20.40/21.30 Spin + Nuoto			
20.45/21.30 Acqua Walking	20.50/21.35 Wallking Bike *	20.50/21.30 Ondabike			
21.00/21.40 Ondabike		20.55/21.40 Trial Water			
21.10/22.00 Spin + Nuoto					