

Piscina Comunale di Olgiate Comasco

Tel 031 946634

 e-mail: olgiatecomasco@lombardianuoto.it | [facebook.com/piscinaolgiatecomasco](https://www.facebook.com/piscinaolgiatecomasco)

Giorni ed orari corsi 2019/2020

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Gestanti (1h con Ostetrica , 1h con Istruttore)			14.00 - 16.00			
Baby (con genitore) durata 30'	10.30 - 11.00 11.00 - 11.30 17.15 - 17.45 17.45 - 18.15	17.50 - 18.20	17.50 - 18.20	17.50 - 18.20	17.15 - 17.45	9.00 - 9.30 9.30 - 10.00 10.00 - 10.30 10.30 - 11.00 11.00 - 11.30 11.30 - 12.00
Prescolare durata 30'	16.15 - 16.45 16.45 - 17.15 L/G 17.15 - 17.45 17.45 - 18.15 L/G	16.15 - 16.45 M/V 16.45 - 17.15 17.15 - 17.45 M/V 17.45 - 18.15	16.15 - 16.45 16.45 - 17.15 17.15 - 17.45 17.45 - 18.15	16.15 - 16.45 16.45 - 17.15 L/G 17.15 - 17.45 17.45 - 18.15 L/G	16.15 - 16.45 M/V 16.45 - 17.15 17.15 - 17.45 M/V 17.45 - 18.15	9.00 - 9.30 9.30 - 10.00 10.00 - 10.30 10.30 - 11.00 11.00 - 11.30 11.30 - 12.00 15.00 - 15.30 15.30 - 16.00 16.00 - 16.30 16.30 - 17.00
Ragazzi durata 45'	16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 17.45 - 18.30 L/G	16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 M/V 17.45 - 18.30	16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 17.45 - 18.30	16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 17.45 - 18.30 L/G	16.15 - 17.00 17.00 - 17.45 M/V 17.45 - 18.30	9.45 - 10.30 10.30 - 11.15 11.15 - 12.00 15.00 - 15.45 15.45 - 16.30 16.30 - 17.15
Teenager	15.15 - 16.15			15.15 - 16.15		
Adulti durata 45'	9.45 - 10.30 L/G 18.30 - 19.15 L/G 19.15 - 20.00 20.00 - 20.45 L/G 20.45 - 21.30	9.00 - 9.45 18.30 - 19.15	15.30 - 16.15 20.45 - 21.30	9.45 - 10.30 L/G 18.30 - 19.15 L/G 19.15 - 20.00 20.00 - 20.45 L/G 20.45 - 21.30	9.00 - 9.45 18.30 - 19.15	9.00 - 9.45 17.15 - 18.00
Adulti avanzato		19.30 - 20.30			19.30 - 20.30	
Swim Pro			12.15 - 13.15			12.30 - 14.00
Salvamento		16.45 - 17.45			16.45 - 17.45	
Sincronizzato			17.15 - 18.15			14.00 - 15.00
Preagonismo	16.45 - 17.45			16.45 - 17.45		14.00 - 15.00

Corsi Fitness*

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
MATTINA						
9.00 - 9.45	AquaGym			AquaGym		AquaFitness
9.45 - 10.30		AquaGym			AquaGym	
10.30 - 11.15						
PAUSA PRANZO						
12.45 - 13.30	AquaCircuit			AquaCircuit		
13.30 - 14.15						
SERA						
17.45 - 18.30						
18.30 - 19.15	HydroBike	HydroBike	AquaFitness	HydroBike	Hidrobike	
19.15 - 20.00	AquaCircuit	AquaCircuit	AquaCircuit	HydroBike	AquaFitness	
20.00 - 20.45	AquaFitness	AquaFitness		AquaFitness		
20.45 - 21.30						

* I corsi evidenziati sono al momento attivi.