

# Attività Stagione 2013-2014

## PISCINA

### ❖ Scuola Nuoto Bambini (dai 3 ai 14 anni)

2 lezioni alla settimana da 45'

Lunedì e Giovedì 16:15 17:00 17:45 18:30

Martedì e Venerdì 16:15 17:00 17:45 18:30

### ❖ Scuola Nuoto Bambini (dai 3 ai 14 anni)

1 lezione settimanale da 45'

Mercoledì 15:15 16:00 16:45 17:30  
18:15

Sabato 09:00 09:45 10:30  
11:15 12:00 14:15 15:00  
15:45 16:30 17:15

Domenica 10:00 10:45

### ❖ Scuola Nuoto Adulti

2 lezioni alla settimana da 45'

Lunedì e Giovedì 07:15 09:00 09:45  
10:30 14:30 18:30  
19:15 20:00 20:45

Martedì e Venerdì 09:00 09:45 10:30  
13:00 18:30 19:15  
20:00 20:45

### ❖ Scuola Nuoto Adulti

1 lezione settimanale da 45'

Mercoledì 18:15 19:00 19:45  
20:30

Sabato 10:30

Domenica 10:00 10:45

### ❖ Nuoto Libero

Lunedì e Giovedì Dalle 07:00 alle 22:00

Martedì, Mercoledì e Venerdì Dalle 09,00 alle 22,00

Sabato Dalle 09,00 alle 18,00

Domenica Dalle 09:00 alle 13:00

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	domenica
09:00-09:45	Aquabike	Aquagag		Aquabike	Aquagag		
10:30-11:15	Gymsoft				Gymsoft	aquagag	Aquatonic
12:45 13:30	aquamix		aquamix		aquamix		
14:15-15:00		aquaGag		aquaGag			
18:15-19:00			aquatonic				
18:30-19:15	Aquabike	Aquagag		Aquabike	Aquagag		
19:00-19:45			Aquabike				
19:15-20:00	Aquatonic	Aquabike		Aquatonic	Aquabike		
20:00-20:45	Aquatonic	Aquagag		Aquatonic	Aquagag		

### ❖ Neonatale

1 lezione alla settimana da 45'

Sabato 09:00 09:45 10:30

11:15 12:00 15:00

15:45 16:30 17:15

### ❖ Gestanti

1 lezione alla settimana da 45'

Giovedì 09:45

### Inoltre:

- Preagonismo
- Agonismo
- Aquagol
- Pallanuoto
- Sincronizzato