

PADERNO OFFRE ANCORA DI PIU':

**PER TUTTI GLI ADULTI CHE SI ISCRIVONO AL CORSO DI NUOTO
BISETTIMANALE DEL MARTEDI' E VENERDI'
DALLE 18,45 ALLE 21,45 POTRANNO SCEGLIERE UN OMAGGIO
TRA:**

- UNA TESSERA CON 6 INGRESSI AL NUOTO LIBERO , DA
UTILIZZARE PRESSO LA NOSTRA STRUTTURA**
- 2 FANTASTICI INGRESSI AL CENTRO BENESSERE CON INCLUSO:
Piscina, Sala attrezzi, Idromassaggio, Zona relax con lettini, Video e
tisaneria, SPA con sauna, Biosauna, Kneipp, Doccia emozionale, Tunnel
emozionale.**

AFFRETTATI!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

	LU	MA	ME	GI	VE	SA
marzo	19	20	21	22	23	24
	26	27	28	29	30	31
aprile	2	3	4	5	6	----
	----	10	11	12	13	14
	16	17	18	19	20	21
	23	24	----	26	27	28
	30					
maggio		----	2	3	4	5
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30	31		
giugno					1	----
	4	5	6	7	8	9

CORSI DI NUOTO E CORSI DI FITNESS

POPY (3-5 anni) monosettimanale sempre	RAGAZZI (6-14 anni) monosettimanale sempre	ADULTI(dai 15 anni)	HAPPY HOUR	TERZA ETA'
lunedì-giovedì / martedì-venerdì 16.15-17.00 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 18.15-19.00 18.45-19.30 solo martedì-venerdì	lunedì-giovedì e martedì-venerdì 16.15-17.00 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 18.15-19.00 18.45-19.30 solo martedì-venerdì	lunedì-giovedì 09.15-10.00 * 09.45-10.30 * 18.45-19.30 + ragazzi 19.15-20.00 corso adulti avanzato 15 min ginnastica pre-natoria+ 45 min acqua 18.45-19.45 novità 19.30-20.30 novità	lunedì-giovedì 15.15-16.00 * 15.45-16.30 * *anche monosettimanale	lunedì-giovedì 10.15-11.00 * mercoledì 10.45-11.30 *anche monosettimanale
mercoledì 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 18.15-19.00	mercoledì 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 18.15-19.00	martedì-venerdì 18.45-19.30 promozione** 19.15-20.00 promozione** 19.45-20.30 promozione** 20.15-21.00 promozione** 20.45-21.30 promozione** 21.15-22.00* sconto 15% prom** 21.45-22.30* sconto 15% prom**	PROPAGANDA RAGAZZI (NUOTO PERFEZIONAMENTO) martedì-mercoledì-sabato	SINCRONIZZATO lunedì-giovedì (A) 17.00-18.00 lunedì-giovedì-sabato (B) 18.00-19.00
sabato 08.45-09.30 09.15-10.00 09.45-10.30 10.15-11.00 10.45-11.30 + adulti 11.15-12.00 + adulti 11.45-12.30 + adulti 15.15-16.00 15.45-16.30 16.15-17.00 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 + adulti 18.15-19.00 + adulti	sabato 18.45-19.30 + adulti sabato 10.45-11.30 + adulti 11.15-12.00 + adulti 11.45-12.30 + adulti 15.15-16.00 15.45-16.30 16.15-17.00 16.45-17.30 17.15-18.00 17.45-18.30 + adulti 18.15-19.00 + adulti	mercoledì 18.45-19.30 + popy e ragazzi	BABY (3 mesi – 3 anni) temp. vasca 31°C sabato 08.45-09.15 (12/24-24/36mesi) 08.45-09.30 (3/12mesi) novità 09.15-09.45 (12/24-24/36mesi) 09.15-10.00 (3/12mesi) novità 09.45-10.15 (12/24-24/36mesi) 09.45-10.30 (3/12mesi) novità 10.15-10.45 (12/24-24/36mesi) 10.15-11.00 (3/12mesi) novità giovedì 11.30-12.00 (24/36mesi) 11.30-12.00 (12/24mesi) 14.45-15.30 (3/12mesi) novità 15.15-16.00 (3/12mesi) novità 16.00-16.30 (12/24-24/36mesi) mercoledì 19.00-19.30 (12/24-24/36mesi) novità	PRE-MASTER RAGAZZI martedì-venerdì 16,45-18,00 mercoledì 16,45-18,00 sabato 16,45-18,00 ADULTI martedì-venerdì 20,15-21,30 21,15-22,30 MASTER martedì-venerdì 21,15-23,00

ACQUA GYM vasca grande o piccola	AEROBICA IN ACQUA vasca piccola	STEP IN ACQUA vasca piccola	BODY TONIC (30' palestra e 30' a.gym vg)	NOVITA' 2011-2012 AQUA DANCE vasca piccola
<p>Lunedì-giovedì 16.20-17.00 vg * novità 18.20-19.00 vg 19.00-19.30 vp * 19.00-19.30 vg * 20.20-21.00 vg 21.00-21.40 vg *</p> <p>martedì-venerdì 11.20-12.00 vg * 12.00-12.40 vg * 19.00-19.30 vg solo venerdì 19.30-20.00 vg solo venerdì 20.00-20.40 vg * 20.40-21.20 vg*</p> <p>mercoledì 10.40-11.20 vg 11.20-12.00 vg 12.00-12.40 vg 19.30-20.10 vp o vg 20.20-21.00 vg 20.50-21.30 vp 21.00-21.40 vg 21.30-22.10 vp 21.40-22.20 vg</p> <p>sabato 15.00-15.40vg novità 15.40-16.20vg novità</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>lunedì-giovedì 20.10-20.50</p> <p>martedì-venerdì 21.00-21.40*</p> <p>mercoledì 20.10-20.50</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>lunedì-giovedì 20.50-21.30*</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>martedì-venerdì 14.00-15.00* vg 15.00-16.00* vg</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>Lunedì 21.30-22.10* novità</p>
<p>GESTANTI E POST-PARTO</p>	<p>ACQUA CIRCUIT (30' v.piccola-20' v.grande)</p>	<p>A.RUNNING mono sempre vasca grande o piccola NOVITA'</p>	<p>NOVITA' 2011-2012 ACQUA FANTASY vasca piccola</p>	<p>giovedì 21.30-22.10* novità</p>
<p>GESTANTI lunedì-giovedì 14.00-15.00* *anche monosettimanale</p> <p>POST-PARTO martedì-venerdì 13.40-14.40*</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>lunedì-giovedì 19.30-20.20</p>	<p>Lunedì-giovedì 21.40-22.20 vg*</p> <p>martedì-venerdì 10.40-11.20 vg* 12.40-13.20 vg* 19.40-20.20 vp* 20.20-21.00 vp* 21.40-22.20 vp*</p> <p>*anche monosettimanale</p>	<p>mercoledì 12,40-13,20 vg 21.30-22.10 vp</p> <p>domenica 11.00-11.40 vg</p>	