

ORARIO INVERNALE

LANCIANI

IL CLUB

EDE NUOTO

LA PISCINA

2018 2019

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO		DOMENICA
8.00-14.30 NUOTO LIBERO		8.40-14.30 NUOTO LIBERO		9.30-14.30 NUOTO LIBERO		8.00-14.30 NUOTO LIBERO		8.40-14.30 NUOTO LIBERO		8.00-9.00 NUOTO LIBERO		9.30-12.30 NUOTO LIBERO 3 DOM MESE
8.40-9.30	Cso.Adulti					8.40-9.30	Cso.Adulti			8.55-9.40	Hydrobike	
9.30-10.20	Cso.Adulti	9.30-10.20	Cso.Adulti	9.30-10.15	Corsia rosa*	9.30-10.20	Cso.Adulti	9.30-10.20	Cso.Adulti	9.00-9.45	Corsia rosa*	10.30 - 11.30
9.30-10.15	Waterpilates	9.30-10.15	A. Postural			9.30-10.15	Waterpilates	9.30-10.15	A. Postural	9.50-10.40	Cso.Bambini	AQUAGYM
10.20-11.05	Aquaball	10.20-11.15	Jumperwater			10.20-11.05	Aquaball	10.20-11.15	Aquacircuit	10.40-11.30	Cso.Bambini	HYDROBIKE
13.40-14.30	Cso.Adulti			13.40-14.25	Aquacircuit	13.40-14.30	Cso.Adulti			11.30-12.20	Cso.Bambini	3 DOM MESE
14.30-15.20	Cso.Adulti	13.40-14.30	Cso.Adulti	13.30-14.30	Acqua & Terra	14.30-15.20	Cso.Adulti	13.40-14.30	Cso.Adulti	12.20-13.10	Cso.Bambini	
14.30-15.15	Aquacombat	14.30-15.15	Hydrobike			14.30-15.15	Jumperwater	14.30-15.15	Hydrobike	10.50-12.30	sincronizzato	
14.30-16.30	Pallanuoto							14.30-16.30	Pallanuoto	12.30-14.30 NUOTO LIBERO		
17.25-19.25	sincronizzato					14.30-16.30	Pallanuoto	17.15-19.00	Pallanuoto			
16.40-17.30	Cso.Bambini	14.30-16.30	Pallanuoto	14.30-16.30	Pallanuoto	17.25-19.25	sincronizzato	17.00-20.00	sincronizzato	13.15-14.00	Aquagym	
17.30-18.20	Cso.Bambini	17.00-19.00	sincronizzato	17.00-18.45	Pallanuoto	16.40-17.30	Cso.Bambini	16.40-17.30	Cso.Bambini	14.00-14.45	Hydrobike	
18.20-19.10	Cso.Bambini	16.40-17.30	Cso.Bambini	19.45-20.45	Pallanuoto	17.30-18.20	Cso.Bambini	17.30-18.20	Cso.Bambini	14.30-18.30	Pallanuoto	
18.20-19.10	nuoto.gg.fissi	17.30-18.20	Cso.Bambini	17.00-17.50	Cso.Bambini	18.20-19.10	Cso.Bambini	18.20-19.10	Cso.Bambini			
19.25-20.10	Aquatone	18.20-19.10	Cso.Bambini	17.50-18.40	Cso.Bambini	19.25-20.10	Aquatone	18.45-19.35	nuoto.gg.fissi			
19.10-20.00	Cso.Adulti	19.15-20.00	Hydrobike	17.50-20.00	sincronizzato	19.10-20.00	Cso.Adulti	19.15-20.00	Hydrobike			
19.10-20.15	nuoto.libero	19.10-20.40	nuoto.libero	18.45-19.30	Acqua Gym	19.10-20.15	nuoto.libero	19.10-20.40	nuoto.libero			
20.00-20.50	Cso.Adulti	19.10-20.00	Cso.Adulti	19.30-20.15	Hydrobike	20.00-20.50	Cso.Adulti	19.00-19.50	Cso.Adulti			
20.50-21.40	Cso.Adulti	20.00-20.50	Cso.Adulti	18.45-20.45	nuoto.libero	20.50-21.40	Cso.Adulti	19.50-20.40	Cso.Adulti			
20.50-21.50	MASTER	20,00-21,00	MASTER	18.45-19.35	nuoto.gg.fissi	20.50-21.50	MASTER	20,00-21,00	MASTER			
20.30-23.30	Pallanuoto	20.30-23.00	Pallanuoto	20.30-23.00	Pallanuoto	20.30-23.30	Pallanuoto	20.30-23.00	Pallanuoto			

LA DIREZIONE SI RISERVA LA FACOLTA' DI APPORTARE VARIAZIONI AL PROGRAMMA DEI CORSI