

ORARI PERIODO NATALIZIO

CORSI NUOTO ADULTI E FITNESS terra e acqua

23 DICEMBRE: 18:30/19:30 Pilates (Sala Gold) * 19:30 GroupCycling (Sala Elite) *

26 DICEMBRE: 10:30 Acquamix

27 DICEMBRE: 10:10 Acquatrek 11:00 Gym Dolce 12:45 Acquastep 13:35/17:00/18:00 Acquabike

18:15 Corso nuoto C 19:00 Corso nuoto D 19:45 Corso nuoto E

13:00/17:00 Supreme Glute 18:00 Pilates (sala Gold)

13:00 GroupCycling+Walking (Sala Elite)

28 DICEMBRE: 10:30/11:15 Acquagym 12:20 Pump 16:00 Pilates (sala Gold)

29 DICEMBRE: 10:30 Acquamix (1ora)

30 DICEMBRE: 12:45 Acquamix 18:45 Deep Water 18:45/19:35 Acquabike

18:15 Corso nuoto D 19:00 Corso nuoto B 19:45 Corso nuoto C

13:00/17:15 Pump 18:30/19:30 Pilates (Sala Gold)

18:30 Fitboxe 19:30 GroupCycling (Sala Elite)

31 DICEMBRE: 10:30 Acquamix

02 GENNAIO: 10:30 Gym Dolce 12:45/17:00/19:30 Acquagym 18:40 Acquamix

18:15 Corso nuoto D 19:00 Corso nuoto E 19:45 Corso nuoto A

13:00 Core Stability 18:30 Pump 19:30 Gag (Sala Gold)

03 GENNAIO: 10:10 Acquatrek 11:00 Gym Dolce 12:45 Acquastep 13:35/17:00/18:00 Acquabike

18:15 Corso nuoto Amaster 19:00 Corso nuoto C 19:45 Corso nuoto B

13:00/17:00 Supreme Glute 18:00 Pilates (sala Gold)

13:00 GroupCycling+Walking (Sala Elite)

04 GENNAIO: 10:30/11:15 Acquagym 12:20 Pump 16:00 Pilates (sala Gold)

05 GENNAIO: 10:30 Acquamix (1ora)

DA MARTEDÌ 7 GENNAIO RIPRENDERÀ LA CONSUETA PROGRAMMAZIONE CORSI

**per manutenzione straordinaria non sarà possibile utilizzare le docce*

[Digitare qui]



Via Luigi Anedda 23/A Parma -Moletolo presso Centro Sportivo Coopernuoto

telefono 0521776589 parma@coopernuoto.it www.coopernuoto.it

