



Anno Sportivo 2021 - 2022  
Orari validi dal 13 Settembre 2021 al 28 Maggio 2022

## WATERTREKKING - ACQUAGYM - IDROBIKE - JUMP

ORA	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
9.15	ACQUA DOLCE			ACQUA DOLCE		WATER TREKKING	
10.15	ACQUA GYM		WATER TREKKING	ACQUA GYM		BIKE&TONE	ACQUA GYM
11.50						ACQUAMAMMA	
12.50	ACQUA G.A.G gambe/addomin./glutei	BIKE&TONE	IDROSTEP JUMP&TONE ↓	WATER TREKKING	CROSSGYM	<b>N.B.</b> Le caselle azzurre indicano lezioni in vasca piccola. Le caselle gialle lezioni <u>non</u> soggette a prenotazione. Le frecce blu indicano lezioni che si alternano ogni settimana.	
13.40		CROSSGYM			BIKE&TONE		
17.30	BIKE & TONE	IDROCIRCUIT JUMP&TONE ↓	ACQUAGYM DEEP	WATER TREKKING	ACQUA G.A.G gambe/addomin./glutei		
18.20	ACQUA GYM	IDROSTEP IDROCIRCUIT ↓	WATER TREKKING	ACQUA GYM	BIKE&TONE		
19.15	WATER TREKKING	ACQUA G.A.G gambe/addomin./glutei	ACQUA GYM	BIKE & TONE			
20.10	IDROBIKE		WATERTREKK IDROSTEP ↓	IDROBIKE			

### RIEDUCAZIONE FUNZIONALE

Su appuntamento

### ACQUAMAMMA

SABATO 11:10

ACQUAPARCO BONDY BEACH - PISCINE COPERTE BONDENO

0532 898 82 49 - (solo mess) 351 81 69 353

[bondybeach.com](http://bondybeach.com) - [piscinecopertebondeno.com](http://piscinecopertebondeno.com)