

**NUOVA PISCINA OASI UISP via Lago di Como 29 Tel. 451852**  
**Vasca 15 x 5 riscaldata 30°**

**CORSI DI NUOTO vasca riscaldata 30°**

Frequenza, una o due volte a settimana. Giornate indicate

PRIMI PASSI		0-8 mesi
	LUNEDI	11:30 - 12:20
	MARTEDI	12:20 - 13:10
	SABATO	11:30 - 12:20

PRIMI PASSI		8-18 mesi
	GIOVEDI	16:30 - 17:20
	SABATO	09:00 - 09:50

PRIMI PASSI		18 mesi - 3 anni
	LUNEDI	16:30 - 17:20
	MERCOLEDI	16:30 - 17:20
	SABATO	09:50 - 10:40
	SABATO	16:30 - 17:20

PRIMI PASSI		3-5 anni
	MARTEDI	16:30 - 17:20
	MERCOLEDI	17:20 - 18:10
	VENERDI	16:30 - 17:20
	SABATO	10:40 - 11:30
	SABATO	17:20 - 18:10

**CORSI FITNESS vasca riscaldata 30**

Frequenza, una o due volte a settimana. Giornate indicate

ACQUA GYM	
	LUNEDI - MERCOLEDI 09:00 - 09:50
	LUNEDI - GIOVEDI 19:00 - 19:50

ACQUA FITNESS	
	LUNEDI - MERCOLEDI 19:50 - 20:40
	LUNEDI - MERCOLEDI 20:40 - 21:30

ACQUA CIRCUIT	
	MERCOLEDI - VENERDI 19:00 - 19:50

ACQUA TRAINING	
	LUNEDI - MERCOLEDI 12:20 - 13:10
	MARTEDI - GIOVEDI 19:50 - 20:40

BIATHLON (Nuoto + fitness)	
	MARTEDI 10:40 - 11:30
	VENERDI 10:40 - 11:30

Abbonamento con frequenza libera. Giornate con prenotazione

ACQUA GYM OPEN	
	LUNEDI 13:10 - 14:00
	MERCOLEDI 13:10 - 14:00
	VENERDI 13:10 - 14:00
	SABATO 13:10 - 14:00

**NUOVA PISCINA OASI UISP via Lago di Como 29 Tel. 451852**  
**Vasca 15 x 5 riscaldata 30°**

**CORSI DI NUOTO Vasca riscaldata 30°**

Frequenza, una, due o tre volte a settimana. Giornate indicate

<b>CORSO RAGAZZI</b>		<b>6-10 anni</b>
LUNEDI		17:20 - 18:10
LUNEDI - MERCOLEDI -		
VENERDI		18:10 - 19:00
VENERDI		17:20 - 18:10
MARTEDI - GIOVEDI		17:20 - 18:10
MARTEDI - GIOVEDI		18:10 - 19:00
SABATO		15:40 - 16:30

**CORSO ADULTI**

LUNEDI - GIOVEDI	10:40 - 11:30
MARTEDI	19:00 - 19:50
VENERDI	19:50 - 20:40

**CORSI FITNESS IN ACQUA 3° ETA'**

vasca riscaldata 30°

Frequenza, una o due volte a settimana. Giornate indicate

**ACQUA SOFT TERZA ETA'**

MARTEDI - GIOVEDI	09:00 - 09:50
MARTEDI - GIOVEDI	09:50 - 10:40
LUNEDI - MERCOLEDI	09:50 - 10:40
VENERDI	9:50 - 10:40

**DOLCE ATTESA PER GESTANTI**

vasca riscaldata 30°

Frequenza, una o due volte a settimana. Giornate indicate

**DOLCE ATTESA** dal la 17° settimana di gravidanza

MARTEDI	13:10 - 14:00
SABATO	12:20 - 13:10