



**PROMO  
PAUSA  
PRANZO**  
**martedì giovedì**  
**€ 7.00 lezione**

*Novità  
abbonamenti  
a scalare  
per turnisti*

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
8,15 / 9,00	ACQUA ARGENTO				
9,00 / 9,45		DOLCE	ACQUA ARGENTO	DOLCE	ACQUA ARGENTO
9,45 / 10,30		DOLCE	ACQUA ARGENTO	DOLCE	ACQUA ARGENTO
12,45/ 13,30	BIKE	GYM	CIRCUITO	GYM	<b>ACQUA STEP*</b>
13,30/14,15	GYM	GAG	BIKE	GAG	BIKE
14,30/15,15		ACQUA ARGENTO		ACQUA ARGENTO	
17,35/18,20	<b>GYM *</b>		GAG		GYM
18,30/19,15	GAG	CROSS-FIT ACQUA SOFT	CIRCUITO	BELT ACQUA SOFT	COMBY-BIKE
19,20/20,05	CIRCUITO	BELT	ACQUA STEP	GYM	FANTA-FIT
20,10/20,55	GYM	ACQUA -JUMP	BIKE	CROSS-FIT	
21,00/21,45	GYM		<b>CIRCUITO*</b>		

\* giornate in cui è possibile ,previa iscrizione ,frequentare la lezione gratuita a cadenza mensile

### LEGENDA fitness

- CROSS-FIT** A RITMO DELLA CORSA ,ATTIVITA' AD ALTO IMPATTO IN ACQUA ALTA E MEDIA
- FANTA-FIT** LEZIONE FITNESS DI 1 H A SCELTA DEL GRUPPO
- BIKE** PEDALATA IN ACQUA A RITMO DI MUSICA
- GYM** TONIFICAZIONE GENERALE IN ACQUA MEDIA
- BELT** TONIFICAZIONE GENERALE IN ACQUA ALTA CON CINTURE GALLEGGIANTI
- GAG** GINNASTICA IN ACQUA SPECIFICA PER GLUTEI,GAMBE E ADDOMINALI
- CIRCUITO** GINNASTICA IN ACQUA A POSTAZIONI CON ATTREZZI
- ACQUA STEP** TONIFICAZIONE GENERALE IN ACQUA MEDIA CON UTILIZZO DELLO STEP
- COMBY-BIKE** LEZIONE FITNESS CON 20 MIN. DI BIKE E 20 MIN. DI UN ATTIVITA' A ROTAZIONE
- DOLCE** ACQUA GYM INDICATA PER I NON PIU' GIOVANI E SEDENTARI A RITMO DI MUSICA
- ACQUA SOFT** ACQUA GYM A BASSO IMPATTO A RITMO DI MUSICA
- ACQUA ARGENTO** GINNASTICA TONICO -POSTURALE A BASSO IMPATTO CON MUSICA DI SOTTOFONDO

**Lezioni fitness  
a cadenza  
mono-  
settimanale**



**QUOTA  
ASSOCIATIVA  
ADULTO € 20.00  
RAGAZZO € 10.00  
VALIDITA'  
01/09/16 \*31/8/17**

**DOCCE E PHON  
GRATUITI**

Il cliente/socio è tenuto a prendere visione del regolamento corsi e del regolamento impianto. L'iscrizione alle attività o l'acquisto del biglietto d'ingresso ne comportano l'accettazione

TURNI	DAL	AL	RICONFERME	CAMBIO TURNO	NUOVE ISCRIZIONI	DURATA
1	05/09/2016	29/10/2016			DA LUNEDÌ 22/08/16	8 settimane
2	31/10/2016	21/01/2017	DA LUNEDÌ 17/10/16	DOMENICA 23/10/16	DA LUNEDÌ 24/10/16	10 settimane
3	23/01/2017	01/04/2017	DA LUNEDÌ 09/01/17	DOMENICA 15/10/17	DA LUNEDÌ 16/01/17	10 settimane
4	03/04/2017	03/06/2016	DA LUNEDÌ 20/03/17	DOMENICA 26/03/16	DA LUNEDÌ 27/03/17	9 settimane

COMUNE DI  
SAN FELICE  
SUL PANARO



INFORMAZIONI DETTAGLIATE E ISCRIZIONI Presso Segreteria dell'impianto  
**PISCINE AGUA CENTER**  
VIA GARIBALDI 8 ,SAN FELICE SUL PANARO  
**Cell di segreteria 3400625027 TEL 0535/84463**  
e-mail info.agua@wesportmo.it