

## PROPOSTA OVER 18 ANNI

2/5 VOLTE A SETTIMANA

SCUOLA DI NUOTO	FITNESS
LUNEDÌ E GIOVEDÌ 9.30 - 13.10 - 20.00	TUTTI I CORSI - SALA ATTREZI NUOTO LIBERO - TERMARIO
MARTEDÌ E VENERDÌ 10.20 - 13.40 - 20.00 - 20.50	
MERCOLEDÌ 20.00	
SABATO 9.00	

## SETTORI SPECIALISTICI DI NUOTO

### AGONISTICA ASSOLUTI + ESORDIENTI A

LUNEDÌ - GIOVEDÌ 15.00/17.00	MARTEDÌ - VENERDÌ 18.30/20.30
MERCOLEDÌ 18.30/20.30	

### AGONISTICA ESORDIENTI B

LUNEDÌ - GIOVEDÌ 17.00/19.00	MARTEDÌ - VENERDÌ 15.00/17.00	MERCOLEDÌ 16.00/18.00
------------------------------	-------------------------------	-----------------------

### PROPAGANDA GRANDI

MARTEDÌ - VENERDÌ 17.00/18.30	MERCOLEDÌ 15.00/16.00
-------------------------------	-----------------------

### PROPAGANDA PICCOLI

LUNEDÌ - GIOVEDÌ 16.00/17.00	MERCOLEDÌ 16.00/17.30
------------------------------	-----------------------

### PROMOZIONE

LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - GIOVEDÌ 19.10

### NUOTO MASTER

LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - GIOVEDÌ	14.00 (60 MIN.)
LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - GIOVEDÌ	20.30 (90 MIN.)
SABATO	12.00 (90 MIN.)

### PRE MASTER

MARTEDÌ - VENERDÌ 13.40