



ORARIO PISCINA "PIANETA SPORT"

ANNO SOCIALE 2019-2020



CORSI GYM MATTINA		
LUNEDI / MERCOLEDI / VENERDI		
08,50 - 09,40	Acquatic Gym Style	Acqua bassa Ist. GUGLIELMO
09,40 - 10,30	Acqua relax	Acqua alta Ist. GUGLIELMO
10,30-11,20	AcquaFitness	Acqua alta Ist. GUGLIELMO
13,30-14,20	AcquaFitness	Acqua bassa Ist. GUGLIELMO
14,30-15,20	AcquaFitness	Acqua bassa Ist. E. CRISPO
MARTEDI / GIOVEDI		
09,40-10,30	AcquaMIX	Acqua bassa Ist.
CORSI GYM SERA		
LUNEDI / GIOVEDI		
18,30 - 19,20	Acqua Fitness	Acqua bassa Ist. E. CRISPO
19,20 - 20,10	Acqua Fitness	Acqua bassa Ist. E. CRISPO
20,10 - 21,00	Acqua Fitness	Acqua bassa Ist. E. CRISPO
21,00 - 21,50	Acqua Sirens	Acqua bassa Ist. E. CRISPO
MARTEDI / VENERDI		
18,40 - 19,30	AcquaMIX	Acqua bassa Ist. KATIA
19,30 - 20,20	AcquaMIX	Acqua bassa Ist. KATIA

SCUOLA NUOTO BAMBINI / RAGAZZI	
LUNEDI / GIOVEDI	LUNEDI / GIOVEDI
Turno 15,20 - 16,10	Turno 15,40 - 16,30
Turno 16,10 - 17,00	Turno 16,30 - 17,20
Turno 17,00 - 17,50	Turno 17,20 - 18,10
MARTEDI / VENERDI	MARTEDI / VENERDI
Turno 15,30 - 16,20	Turno 15,50 - 16,40
Turno 16,20 - 17,10	Turno 16,40 - 17,30
Turno 17,10 - 18,00	Turno 17,30 - 18,20
MERCOLEDI / SABATO	MERCOLEDI / SABATO
Turno 15,40 - 16,30	Turno 16,00 - 16,50
Turno 16,30 - 17,20	Turno 16,50 - 17,40
Turno 17,20 - 18,10	Turno 17,40 - 18,30
Turno 18,10 - 19,00	Turno 18,30 - 19,20

CORSI DI RIEDUCAZIONE FUNZIONALE E ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA	
ATTIVITA' " A SECCO" Acqua Bassa	
Dal lunedì al sabato (orari personalizzati da concordare)	
NUOTO LIBERO	
LUN / MER / VEN	MAR / GIO / SAB
07,10 - 08,00	07,10 - 08,00
07,50 - 08,40	08,00 - 08,50
08,40 - 09,30	08,50 - 09,40
09,30 - 10,20	09,40 - 10,30
10,20 - 11,10	10,30 - 11,20
11,10 - 12,00	11,20 - 12,10
12,00 - 12,50	12,10 - 13,00
12,50 - 13,40	13,00 - 13,50
13,40 - 14,30	13,50 - 14,40
LUNEDI / GIOVEDI	MARTEDI / VENERDI
18,10 - 19,00	18,40 - 19,30
19,00 - 19,50	20,20 - 21,10
20,00 - 20,50	MERCOLEDI
20,50 - 21,40	19,20 - 20,10
	20,10 - 21,00
	SABATO
	19,20 - 20,10
BENESSERE PSICO-FISICO IN GRAVIDANZA	
MARTEDI / GIOVEDI / SABATO	
10,30 - 11,20	
SCUOLA NUOTO ADULTI	
ADULTI MATTINA	
LUNEDI / MERCOLEDI / VENERDI	
08,40 - 09,30	Scuola Nuoto Adulti
09,30 - 10,20	Scuola Nuoto Adulti
10,20 - 11,10	Scuola Nuoto Adulti
11,10 - 12,00	Scuola Nuoto Adulti
12,00 - 12,50	Scuola Nuoto Adulti
12,50 - 13,40	Scuola Nuoto Adulti
MARTEDI / GIOVEDI / SABATO	
08,50 - 09,40	Scuola Nuoto Adulti
09,40 - 10,30	ADULTI Principianti
10,30 - 11,20	Scuola Nuoto Adulti
11,20 - 12,10	Scuola Nuoto Adulti
12,10 - 13,00	Scuola Nuoto Adulti
13,00 - 13,50	Scuola Nuoto Adulti
ADULTI SERA	
LUNEDI / GIOVEDI	MARTEDI / VENERDI
20,00 - 20,50	19,30 - 20,20
20,50 - 21,40	20,20 - 21,10
21,40 - 22,30	21,10 - 22,00
MARTEDI / SABATO	
19,20 - 20,10	



Scuola nuoto federale FIN, con licenza d'esercizio
Istruttori Federali Qualificati

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI SEGRETERIA PISCINA
ORARIO NO-STOP SETTEMBRE 09,00 - 20,00 DA OTTOBRE 08,30 - 21,00
PIANETA SPORT - PISCINA COPERTA
VIALE LABOCETTA REGGIO CALABRIA
TEL: 0965/591682
EMAIL planetaspportrc@libero.it