



ICE CLUB COMO

A.S.D.



FIN Società LOM-009378
FIDIR Società CO-002
FINP Società CO-007
FITRI Società 1755

MICRO PISCINA "UGO FOSCOLO"

STAGIONE 2015-2016 ORARI ATTIVITA' DIDATTICA

<u>Lunedì</u>	14:00 / 14:45	Gym
	16:15 / 17:00	Ragazzi
	17:00 / 17:30	Prescolare
	17:30 / 18:15	Ragazzi
	18:15 / 19:00	Bike
	19:15 / 20:00	Gym
	20:00 / 20:45	Bike
	20:45 / 21:30	Circuito
<hr/>		
<u>Martedì</u>	13:00 / 13:45	Adulti
	16:15 / 16:45	Prescolare
	16:45 / 17:30	Ragazzi
	17:30 / 18:15	Ragazzi
	18:30 / 19:15	Pilates
	19:15 / 20:00	Acquaboxe
	20:00 / 20:45	Bike
<hr/>		
<u>Mercoledì</u>	16:30 / 17:15	Ragazzi
	17:15 / 17:45	Genitore-bambino
	17:45 / 18:15	Prescolari
	18:15 / 19:00	Circuito
	19:00 / 19:45	Circuito



ICE CLUB COMO

A.S.D.



FIN Società LOM-009378
FIDIR Società CO-002
FINP Società CO-007
FITRI Società 1755

<u>Giovedì</u>	13:00 / 13:45	Adulti
	16:30 / 17:15	Ragazzi
	17:15 / 17:45	Prescolare
	17:45 / 18:30	Ragazzi
	18:30 / 19:15	Bike
	19:15 / 20:00	Gym
	20:00 / 20:45	Bike

<u>Venerdì</u>	14.00 /16:15	Lezioni private
	16:15 / 17:00	Ragazzi
	17:00 / 17:30	Prescolari
	17:30 / 18:15	Ragazzi
	18:15 / 19:00	Circuito
	19:15 / 20:00	Pilates

<u>Sabato</u>	10:15 / 10:45	Prescolare
	10:45 / 11:30	Ragazzi
	11:30 / 12.00	Prescolare
	12:00 / 13:00	Lezioni private
	13:15 / 14:00	Bike
	14:00 / 15:30	Nuotando diversamente / Riabilitazione
	15:30 / 16:00	Prescolare
	16:00 / 16:45	Ragazzi
	16:45 / 17:15	Genitore-Bambino
	17:15 / 19:15	Nuoto libero assistito (ticket training)