

CENTRO SPORTIVO ACQUATICO DI MASSA



☎ 0585 01.15.04

📞 331.69.55.845

📍 viale Roma, 279

🌐 www.coopernuoto.it



FITNESS IN ACQUA

Modalità:

- Iscrizioni sempre aperte
 - Frequenza con abbonamento o lezioni singole
 - Abbonamento unico per tutte le discipline
 - Abbonamenti da 8 / 15 / 24 / 60 lezioni
- Validità un anno

- Recupero lezioni perse con disdetta almeno 4 ore prima della lezione
- Le lezioni si effettueranno con un minimo di 4 partecipanti
- Le attività si svolgono in vasca con profondità 120 cm

Dal 3 Agosto al 31 Agosto (vasca esterna)

ORE	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
8.45				BIKE			
9.00	BIKE		BIKE				
9.30				ACQUA GYM	ACQUA GYM		
9.45	ACQUA GYM		ACQUA GYM				
10.00						ACQUA GYM	
10.30		GYM DOLCE	GESTANTI	GYM DOLCE			
10.45							GYM FREE
11.00						BIKE	
12.45	ACQUA GYM						
13.30		ACQUA GYM		ACQUA GYM			
17.45	CIRCUIT	BIKE	BIKE	ACQUA GYM			
18.45	ACQUA GYM	ACQUA MIX	ACQUA GYM	BIKE			