

Cassano Magnago

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
ACQUAGYM ALTA	08.45-09.30 19.45-20.30	09.30-10.15 12.50-13.35		08.45-09.30 19.45-20.30	09.30-10.15 12.50-13.35		10.30-11.15 dal 08/10
ACQUAGYM BASSA	19.00-19.45	08.45-09.30 19.00-19.45	19.00-19.45	12.50-13.35	08.45-09.30 19.00-19.45		
ANTALGICA IN ACQUA**	19.00-19.45		08.40-09.25		10.30-11.15		
AERODANCE				19.30-20.15			
ADDOMINALI		18.30-18.45			18.30-18.45		
BODY HARMONY		09.30-10.15					
BODY PUMP				11.00-11.45			
BODY TONE				18.45-19.30			
CIRCUIT TONE	09.30-10.15						
FUNCTIONAL CROSS TRAINING**	18.40-19.25	18.45-19.30		12.45-13.30 19.00-19.45			
FIT BOXE	12.50-13.35	19.30-20.15			18.45-19.30		
HYDROBIKE*	09.30-10.15	19.45-20.30	19.45-20.30	09.30-10.15 19.00-19.45	19.45-20.30		
G&G		18.00-18.30			18.00-18.30		
MOVIDA	15.00-15.45	12.50-13.35	19.45-20.30				
PANCAFIT**	11.00-11.45	20.30-21.15	10.15-11.00				
PILATES	10.15-11.00 20.30-21.15		09.30-10.15			09.00-09.45	
POSTURALE					09.30-10.15		
PUMP		18.45-19.30			19.30-20.15		
RITMO LATINO			8.45-9.30				
RISVEGLIO MUSCOLARE				09.15-10.00			
SPINNING*	19.40-20.30		19.40-20.30				
STEP			19.00-19.45				
TAI-CHI	08.30-09.30 dal 18/09			10.00-11.00 dal 21/09			
TONIFICAZIONE		08.45-09.30			08.45-09.30		
TOTAL BODY	18.45-19.30		12.50-13.35	08.30-09.15		09.45-10.30	
YOGA		10.30-11.30 dal 19/09		20.30-21.15 dal 21/09	10.30-11.30 dal 22/09		
YOGA FIT					20.15-21.00		
ZUMBA	19.30-20.15		11.00-11.45		12.50-13.35		

*Corsi su prenotazione

**Corsi speciali su prenotazione

Cassano Magnago

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
ACQUATICITÀ NEONATALE	09.30-10.15 11/20 mesi 10.15-11.00 3/10 mesi 11.00-11.45 21/36 mesi		16.30-17.15 3/10 mesi 17.15-18.00 11/20 mesi 18.00-18.45 21/36 mesi			08.45-09.30 21/36 mesi 09.30-10.15 11/20 mesi 10.15-11.00 3/10 mesi 11.00-11.45 11/20 mesi 11.45-12.30 21/36 mesi 15.15-16.00 3/10 mesi 16.00-16.45 11/20 mesi 16.45-17.30 21/36 mesi	10.00-10.45 3/10 mesi 10.45-11.30 11/20 mesi 11.30-12.15 21/36 mesi
NUOTO 3-14 ANNI	16.20-17.10 VP 17.10-18.00 18.00-18.50	16.20-17.10 17.10-18.00 18.00-18.50	16.20-17.10 VP 17.10-18.00 18.00-18.50	16.20-17.10 17.10-18.00 18.00-18.50	16.20-17.10 17.10-18.00 18.00-18.50	09.50-10.40 10.40-11.30 11.30-12.20 14.40-15.30 15.30-16.20 16.20-17.10 17.10-18.00	
NUOTO ADULTI	08.40-09.30 09.30-10.20 12.50-13.40 18.50-19.40 19.40-20.30 20.30-21.20	08.40-09.30 18.50-19.40 19.40-20.30	18.50-19.40 19.40-20.30* (*int./avanzato)	08.40-09.30 09.30-10.20 12.50-13.40 18.50-19.40 19.40-20.30 20.30-21.20	08.40-09.30 18.50-19.40 19.40-20.30	09.00-09.50	
SETTORI SPECIALISTICI propaganda - esordienti - promozione - master Per info chiedi in reception							

Corso scuola nuoto bambini/adulti:

- € 66,00 iscrizione annuale - la lezione si svolge interamente in acqua e dura 50 minuti; le lezioni perse non sono recuperabili
- € 8/lez. da moltiplicare per il numero delle lezioni presenti nel trimestre (normalmente il corso monosettimanale a trimestre pieno consta di 12 lezioni)
- € 2/8 Phon

Corso acquaticità neonatale (3/36 mesi):

- € 66,00 iscrizione annuale - la lezione si svolge interamente in acqua e dura 45 minuti; le lezioni perse non sono recuperabili
- € 15/lez. da moltiplicare per il numero delle lezioni presenti nel trimestre (normalmente il corso monosettimanale a trimestre pieno consta di 12 lezioni)
- € 2/8 Phon

Corso nuoto privato "MioPT":

- La lezione si svolge interamente in acqua e dura 50 minuti; le lezioni vanno prenotate di volta in volta
- € 132,00/4 lez. singole
- € 92,00/4 lez. cad. mini gruppo (2-3 persone)
- € 92,00/4 lez. singole H

Nuoto Libero:

- € 7,00 per un ingresso - € 85,00 per 15 ingressi (+€ 5,00 iscriz. annuale)

SPA + Nuoto Libero + Idromassaggio:

- € 18,00 per un ingresso - € 150,00 per 10 ingressi

Non serve il certificato medico

*Per accedere ai corsi, sin dalla prima lezione, dovrà consegnare il certificato medico obbligatorio per legge (MINISTERO DELLA SALUTE, DECRETO 8 agosto 2014 Approvazione delle linee guida in materia di certificati medici per l'attività sportiva non agonistica. Gazzetta Ufficiale n. 243 del 18-10-2014)

Orari di Apertura Club di Cassano Magnago	
Da Lunedì a Venerdì	7.30-22.00
Sabato	8.30-19.00
Domenica	9.00-19.00