

# Cassano Magnago

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
ACQUAGYM ALTA	08.45-09.30 19.45-20.30	09.30-10.15	19.45-20.30	08.45-09.30 12.50-13.35	09.30-10.15		10.30-11.15 (dal 06/10)
ACQUAGYM BASSA	12.50-13.35 19.00-19.45	08.45-09.30 19.45-20.30	08.45-09.30	19.00-19.45	08.45-09.30 19.00-19.45		
ANTALGICA IN ACQUA**	19.00-19.45		09.45-10.30				
CIRCUIT	09.30-10.15						
CORE STABILITY			18.45-19.30				
FIT BOXE		12.50-13.35			18.30-19.15		
FUNCTIONAL		18.00-18.45		19.00-19.45			
GAG					18.00-18.30		
HYDROBIKE*	09.30-10.15	12.50-13.35 19.00-19.45	19.00-19.45	09.30-10.15	19.45-20.30		
METABOLIC (MET)		18.45-19.30					
MIOPUMP			12.50-13.35	18.15-19.00			
MOVIDA FITNESS	12.50-13.35	19.30-20.15					
PANCAFIT**	11.00-11.45						
PILATES	10.15-11.00		09.45-10.30			09.45-10.30	
POSTURALE		09.30-10.15			09.30-10.15		
POWER YOGA		20.15-21.15					
RISVEGLIO MUSCOLARE				08.45-09.30			
SOFT TONE		08.45-09.30				09.00-09.45	
SPINNING*	18.40-19.30 19.40-20.30		19.30-20.20				
TAI-CHI	08.30-09.30 ADVANCE D (dal 16/09)			10.15-11.15 BASIC (dal 19/09)			
TOTAL BODY	18.45-19.30		19.30-20.15	09.30-10.15	08.45-09.30 19.15-20.00		
YOGA	20.15-21.15 (dal 16/09)	10.15-11.15 BASIC (dal 17/09)			10.30-11.30 ADVANCED (dal 20/09)		
ZUMBA FITNESS	19.30-20.15		10.30-11.15		12.50-13.35		

\*Corsi su prenotazione

\*\*Corsi su prenotazione con abbonamento

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
ACQUATICITA' NEONATALE			17.45-18.15 0/12 mesi  18.15-18.45 12/24 mesi  18.45-19.15 24/36 mesi	10.30-11.00 0/12 mesi  11.00-11.30 12/24 mesi		08.45-09.15 24/36 mesi 09.15-09.45 0/12 mesi 09.45-10.15 12/24 mesi 10.15-10.45 24/36 mesi 10.45-11.15 0/12 mesi 11.15-11.45 12/24 mesi 11.45-12.15 24/36 mesi 14.45-15.15 0/12 mesi 15.15-15.45 12/24 mesi 15.45-16.15 24/36 mesi	09.45-10.15 0/12 mesi  10.15-10.45 24/36 mesi  10.45-11.15 12/24 mesi  11.15-11.45 24/36 mesi
NUOTO 3-13 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 RAGAZZI 14-17 ANNI			18.50-19.40		18.50-19.40		
NUOTO ADULTI *Acquaticità VP	08.40-09.30* 09.30-10.20 12.50-13.40 18.50-19.40 19.40-20.30	08.40-09.30 18.50-19.40 19.40-20.30 int./avanz	18.50-19.40 int./avanz 19.40-20.30 int./avanz	08.40-09.30* 09.30-10.20 12.50-13.40 18.50-19.40 19.40-20.30	08.40-09.30 18.50-19.40 19.40-20.30 int./avanz	09.00-09.50	

**SETTORI SPECIALISTICI propaganda - agonistica - 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 ciclo
- € 2/8 Phon

**Corso acquaticità neonatale (3/36 mesi):**

- € 66,00 iscrizione annuale - la lezione si svolge interamente in acqua e dura 30 minuti; le lezioni perse non sono recuperabili
- € 12/lez. da moltiplicare per il numero delle lezioni presenti nel ciclo
- € 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

\*Per accedere ai corsi, sin dalla prima lezione, dovrò 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)

I certificati per l'attività sportiva non agonistica sono rilasciati esclusivamente dai medici di medicina generale e dai pediatri di libera scelta, relativamente ai propri assistiti, o dai medici specialisti in medicina dello sport

Orari di Apertura Club di Cassano Magnago	
Lunedì e Giovedì	07.00-21.30
Martedì – Mercoledì - Venerdì	07.30-22.00
Sabato	08.30-19.00
Domenica	09.00-19.00