



L I M B I A T E

CALENDARIO STAGIONE SPORTIVA 2019-2020

aggiornamento del 07.01.20 (sostituisce il precedente)



Orari Impianto						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
07:00 - 22:00	07:00 - 22:00	08:30 - 22:00	07:00 - 22:00	07:00 - 22:00	08:30 - 19:00	08:30 - 14:00
Giugno e Luglio DOMENICA 8:45 - 20:00						
AGOSTO dalle 9:00 alle 20:00						

Orari Reception						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
08:30 - 21:00	08:30 - 21:00	08:30 - 21:00	08:30 - 21:00	08:30 - 21:00	08:30 - 18:15	08:30 - 12:45
Giugno e Luglio DOMENICA 8:45 - 20:00						
AGOSTO dalle 9:00 alle 20:00						

Orari Sauna & Bagno Turco						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
09:00 - 21:30	09:00 - 21:30	09:00 - 21:30	09:00 - 21:30	09:00 - 21:30	09:00 - 18:30	09:00 - 13:00
GIUGNO, LUGLIO E AGOSTO: CHIUSI DAL 10-06-20 AL 10-09-20						

Orari Natale 2019						
Le attività dei corsi saranno sospese in questo periodo, palestra, nuoto libero assistito e centro sportivo rispetteranno gli orari indicati nella tabella						
24-dic-mar	25-dic-mer	26-dic-gio	27-dic-ven	28-dic-sab	29-dic-dom	30-dic-lun
chiuso	chiuso	chiuso	10:00 - 14:00	10:00 - 16:00	09:00 - 13:00	10:00 - 14:00
			18:00 - 20:30			18:00 - 20:30
31-dic-mar	01-gen-mer	02-gen-gio	03-gen-ven	04-gen-sab	05-gen-dom	06-gen-lun
chiuso	chiuso	10:00 - 14:00	10:00 - 14:00	10:00 - 16:00	09:00 - 13:00	chiuso
		18:00 - 20:30	18:00 - 20:30			

Orari Palestra fino al 24/07/20 (dalle 7.00 alle 9.00 SOLO PER ABBONATI)						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
07:00 - 21:45	09:00 - 21:45	08:30 - 21:45	07:00 - 21:45	09:00 - 21:45	08:30 - 18:00	08:30 - 13:30

Orari Palestra dal 25/07/20 al 01/09/20						
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
09:30 - 13:30	09:30 - 13:30	09:30 - 13:30	09:30 - 13:30	09:30 - 13:30	08:30 - 12:30	08:30 - 12:30
17:30 - 20:30	17:30 - 20:30	17:30 - 20:30	17:30 - 20:30	17:30 - 20:30		

CHIUSURA PALESTRA DAL 09/08/20 AL 18/08/20

gli Abbonamenti dei Tesserati COMPREDONO:

scheda di allenamento e Rinnovi
GRATIS
phon e docce
GRATIS

[PUNTO 2J DEL REGOLAMENTO]

La Direzione ha la facoltà di sospendere, sostituire o modificare: corsi in sala, corsi in acqua, orari di apertura e chiusura sia delle aree fitness sia della piscina (nuoto assistito), che abbiano meno di 8 presenze orarie o ai corsi, con un preavviso scritto di 15 giorni esposto in Reception.

La stampa del calendario avrà validità fino all'emissione di un nuovo calendario (vedi data aggiornamento)

N.B. Spinning e Jump&Tone sono corsi a numero chiuso con prenotazione obbligatoria.

SPORT TRAINING 2 SSD SRL
Via Tolstoj - 20812 Limbiate (MB)
Tel. 02-91472393
www.aqvasport.it - mail: info@aqvasport.it

Ginnastica per tutti CORSI DAL 09/09/2019 AL 17/07/20						
Attività sportiva ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness						
*N.B. i corsi asteriscati sono esclusi dall'abbonamento ST2, per info RAZZ M TAZZ: 3491308057						
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
PILATES 09:30÷10:20	BODY ENERGY 09:00÷09:50		PILATES 09:30÷10:20	BODY ENERGY 09:00÷09:50		
PILATES 10:20÷11:10	ABDOMINAL 09:50÷10:20	GAG 09:30÷10:20	FITWALKING 10:30÷12:00			
FITWALKING 10:30÷12:00	AMERICAN EASY GYM 10:30÷11:15	BALLI DI GRUPPO 10:50÷11:40	MAMBO JAZZ 10:30÷11:15	AMERICAN EASY GYM 10:30÷11:15		
JUMP & TONE 12:00÷12:50	BACHATA BASE 11:15÷12:00	TOTAL BODY & JUMP 12:45÷13:35	SALSA INTERMEDIO 11:15÷12:00	YOGA 12:45÷13:35		
CARAIBICO BIMBI 17:00÷17:45	PILATES 12:45÷13:35	*SHOWTIME BIMBI 17:00÷18:00	*SHOWTIME BIMBI 17:00÷18:00			
JUMP & TONE 18:10÷19:00	PILATES 18:10÷19:00	TOTAL BODY & JUMP 18:10÷19:00	CIRCUIT TRAINING 18:10÷19:00	YOGA 18:10÷19:00		
ABDOMINAL 19:00÷19:30	JUMP & TONE 19:00÷19:50	GLUTEI 19:00÷19:30	GAG 19:00÷19:50	ZUMBA 19:00÷19:50		
PILATES 19:30÷20:20	FUNCTIONAL TRAINING 19:50÷20:40	PILATES 19:30÷20:20				
*SALSA E BACHATA (BASE 2) 20:20÷21:05	*SALSA E BACHATA (BASE) 20:40÷21:40	*BACHATA SENSUAL 20:45÷21:45	*BACHATA FUSION 20:30÷21:15			
SALSA E BACHATA* (INTERMEDIO) 21:05÷21:50			*SALSA CON CLASSE 21:15÷22:00			

Ginnastica per tutti						
Attività sportiva ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness						
CORSI DAL 09/09/2019 AL 17/07/20						
*corsi sospesi dal 29-05-20						
LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
SPINNING 12:45÷13:45			SPINNING 12:45÷13:45		SPINNING* 10:00÷11:00	SPINNING* 10:00÷11:00
SPINNING 18:30÷19:30		SPINNING 18:30÷19:30				
	SPINNING 19:00÷20:00			SPINNING* 19:00÷20:00		

