

ATTIVITÀ IN ACQUA INVERNO 2021/22

ORARI IN VIGORE DAL 16.09.2021 ALLA PISCINA DEL PASSETTO TEL 071.31348 E DAL 15.11.2021 ALLA PISCINA DI VALLEMIANO TEL 071 9300216

● ORARI PISCINA PASSETTO ● ORARI PISCINA VALLEMIANO

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
07.00-08.00		H2O FUNCTIONAL T.		H2O FUNCTIONAL T.			
07.45-08.45	NUOTO GUIDATO*		NUOTO GUIDATO*		NUOTO GUIDATO*		
08.15-09.00		OVER FITNESS*		OVER FITNESS*			
08.30-09.15	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		
09.15-10.00	OVER FITNESS*	AQUAFITNESS	OVER FITNESS*	AQUAFITNESS	OVER FITNESS*		
09.30-10.15		AQUAFITNESS AV.		AQUAFITNESS AV.		AQUAFITNESS	
10.00-10.45	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS
10.15-11.00		AQUANTALGICA		AQUANTALGICA			
10.30-11.15						PREPARTO	
11.00-11.45	PREPARTO	AQUANTALGICA	PREPARTO	AQUANTALGICA	PREPARTO	AQUABIKE TONIC	AQUABIKE TONIC
11.40-12.25						TOTAL BODY	
12.00-12.45		PREPARTO		PREPARTO			
12.30-13.30		NUOTO GUIDATO*		NUOTO GUIDATO*			
12.45-13.30		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS			
12.45-13.45	NUOTO ADULTI*		NUOTO ADULTI*				
13.00-13.45	AQUAFITNESS	AQUAPILATES	AQUAFITNESS	AQUAPILATES			
13.30-14.15		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	AQUABIKE TONIC		
13.45-14.30	AQUACIRCUIT		AQUACIRCUIT		AQUACIRCUIT		
14.00-14.45	WT CIRCUIT	TOTAL BODY	WT CIRCUIT	TOTAL BODY			
14.30-15.15					AQUABIKE TONIC		
16.30-17.15						AQUAFITNESS	
17.15-18.00						AQUAFITNESS	
17.45-18.30		AQUAFITNESS*		AQUAFITNESS*			
18.00-18.45			TOTAL BODY				* ABBONAMENTO MENSILE
18.30-19.15		AQUAFITNESS*		AQUAFITNESS*			WWW.COGEPIANCONA.IT
19.00-19.45	AQUABIKE TONIC	WT CIRCUIT	TOTAL BODY	WT CIRCUIT			f PISCINE COGEPI ANCONA
19.30-20.30		NUOTO ADULTI*		NUOTO ADULTI*			
19.45-20.30	AQUABIKE TONIC						
20.30-21.30		NUOTO ADULTI*		NUOTO ADULTI*			

TARIFFARIO VALIDO FINO AL 31.12.2021

FITNESS "FORMULA CLUB" - VALIDITÀ DEI PACCHETTI 1 ANNO
 TUTTE LE ATTIVITÀ DELLA FORMULA CLUB SONO A PRENOTAZIONE E DISDETTA OBBLIGATORIA
 · 1 LEZIONE PROVA (SOLO PER 1 VOLTA): € 10,00 (NON SONO NECESSARI ISCRIZIONE E CERTIFICATO)
 · 1 LEZIONE SINGOLA: € 10,00 (SONO NECESSARI ISCRIZIONE E CERTIFICATO)
 · 12 LEZIONI: € 78,00 · 12 LEZIONI STUDENTI ED UNIVERSITARI (PRESENTANDO MATRICOLA): € 66,00
 · 24 LEZIONI: € 144,00

FITNESS ABBONAMENTO MENSILE*
 NUOTO GUIDATO* (2 VOLTE/SETT): € 36,00 · NUOTO GUIDATO* (3 VOLTE/SETT): € 54,00
 OVERFITNESS* (2 VOLTE/SETT): € 40,00 · OVERFITNESS* (3 VOLTE/SETT): € 60,00
 FITNESS* (2 VOLTE/SETTIMANA): € 50,00
 PREPARTO - DAL 3° MESE DI GRAVIDANZA - OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO DEL GINECOLOGO - PRIMA
 LEZIONE DI PROVA GRATUITA - 1 LEZIONE: € 12,00 - 8 LEZIONI: € 80,00
 ANTALGICA - 5 LEZIONI: € 50,00 - 10 LEZIONI: € 100,00
 NUOTO ADULTI* - COSTO MENSILE: € 60,00

· OBBLIGATORIO CERTIFICATO MEDICO ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE
 · QUOTA D'ISCRIZIONE € 25,00 DAL 01/09/21 AL 31/08/22 (A SCALARE)
 · CARD ELETTRONICA PER CONTROLLO ACCESSI € 6,00