

CORSI STAGIONE 2018/19

CORSI DAL 26 SETTEMBRE 2018 AL 9 GIUGNO 2019

RAGAZZI ANNUALE	NUOTO	NUOTO FAMILY 30'	Sab	10.15	11.00					€ 215,00
			Dom	10.45						€ 215,00
		NUOTO BABY 45'	Lun	16.45	17.30					€ 298,00
			Mar	16.30	17.15					€ 298,00
			Mer	16.45	17.15					€ 298,00
			Gio	16.30	17.15					€ 298,00
			Ven	17.15						€ 298,00
			Sab	9.30	10.15	11.00	11.45			€ 298,00
			Dom	10.00	10.45	11.15	11.30			€ 298,00
		NUOTO 45'	Lun	17.15	18.00	18.15	18.45			€ 256,00
			Mar	17.15	18.00					€ 256,00
			Mer	17.15	17.30	18.00	18.15	18.45		€ 256,00
			Gio	17.15	18.00	18.45				€ 256,00
Ven	16.30		17.15	18.00				€ 256,00		
Sab	9.30		10.15	10.45	11.00	11.30	11.45	12.15	€ 256,00	
	12.30								€ 256,00	
Dom	10.45		11.30	12.15				€ 256,00		
NUOTO PERFEZIONAMENTO 60'	Lun	18.00						€ 277,00		
	Mar	18.45						€ 277,00		
	Mer	18.45						€ 277,00		
	Gio	18.00						€ 277,00		
	Ven	18.45						€ 277,00		
	Sab	11.00	12.00					€ 277,00		
	Dom	12.00						€ 277,00		
NUOTO PREAGONISTICO 60'	Mar	16.00						€ 277,00		
	Ven	16.00						€ 277,00		
SINERO	NUOTO SINCRONIZZATO 60'	Gio	18.00					€ 293,00		
PALLANUOTO	ACQUAGOL 60'	Mer	17.00					€ 283,00		
PALLANUOTO	PALLANUOTO 60'	Lun	16.15					€ 304,00		
		Mar	16.15					€ 304,00		
		Ven	16.15					€ 304,00		

RAGAZZI QUADRIMESTRALE	NUOTO PERFEZIONAMENTO 60'	Lun-Gio	19.00		€ 256,00
		Mar-Ven	18.45		€ 256,00
	NUOTO PREAGONISTICO 60'	Mar-Ven	16.00	17.00	€ 267,00
		Lun-Gio	17.00		€ 262,00
	PALLANUOTO 60'	Mar-Ven	16.15		€ 267,00

salvo errori ed omissioni

PERSONAL SWIM	<p>Attività natatoria individuale o di coppia, format da 5 e 10 lezioni, acquistabili anche con formula Plus per continuare a nuotare dopo la lezione!</p>	<p>Giorno e orari da concordare con la segreteria impianto. Info e tariffe presso la reception</p>

PISCINA CARDELLINO

ADULTI ANNUALE	FITNESS ACQUATICO	ACQUAFITNESS 45'	Lun	10.15	12.00	18.45			€ 277,00
			Mar	18.45	19.30				€ 277,00
			Mer	12.45	15.00	18.15	19.00		€ 277,00
			Gio	18.00	18.45				€ 277,00
			Sab	9.30	12.30				€ 277,00
									€ 277,00
			Dom	10.00					€ 277,00
	HYDROBIKE 45'	Mer	19.45					€ 366,00	
		Ven	19.30					€ 366,00	
	NUOTO	NUOTO 45'	Mar	9.45	10.30	18.45			€ 309,00
			Mer	18.45	19.30	19.45			€ 309,00
			Ven	9.45	10.30	18.45			€ 309,00
	NUOTO MASTER 60'	Lun	20.00					€ 335,00	
Gio		20.00					€ 335,00		
NUOTO MASTER 90'	Lun	19.45					€ 374,00		
	Gio	19.45					€ 374,00		
PALESTRA	PANCAFIT GROUP 50'	Mer	10.05					€ 246,00	
	GINNASTICA GENERALE 60'	Mer	11.00					€ 162,00	
	G.A.G. 50'	Lun	13.00					€ 188,00	
Mer		13.00	18.25				€ 188,00		
TOTAL BODY 50'	Mar	13.00					€ 188,00		
FIT BOXING 50'	Mer	19.20	20.10				€ 199,00		

ADULTI QUADRIMESTRALE	FITNESS ACQUA	ACQUAFITNESS 45'	Lun-Gio	12.45	15.00	18.00	18.45	19.30	20.15	€ 256,00
			Mar-Ven	9.45	10.30	11.15	13.00	15.00		€ 256,00
	ACQUAFITNESS 45' + HYDROBIKE 45' (Alternati)	Mar-Ven	18.45	11.15					€ 314,00	
	NUOTO	NUOTO 45'	Lun-Gio	18.45	19.00	19.30	20.15		€ 277,00	
			Mar-Ven	9.45	10.30				€ 277,00	
			Lun-Gio	20.00					€ 309,00	
	NUOTO MASTER 60'	Mar-Ven	19.30					€ 309,00		
		Lun-Gio	19.45					€ 345,00		
	FITNESS/PALESTRA	PANCAFIT 50'	Mar- Ven	18.05					€ 215,00	
		GINNASTICA POSTURALE 50'	Mar-Ven	19.00					€ 216,00	
ZUMBA SPORT 50'		Lun-Gio	20.20					€ 232,00		
TOTAL BODY 50'	Lun-Gio	19.10					€ 178,00			
G.A.G. 50'	Lun-Gio	18.20					€ 178,00			
	Mar-Ven	19.50					€ 178,00			

ACQUAFITNESS OPEN	Lun	12.00	12.45					
	Mar	13.00	19.30					
	Mer	12.45						
	Gio	12.45	20.15					€ 274,00
	Ven	13.00						
	Sab	12.30						

salvo errori ed omissioni

Fitboxing

La fit boxe **simula la boxe**, è una attività cardiovascolare che fonde le arti marziali con l'attività aerobica che apporta molteplici benefici, si colpiscono dei sacchi a ritmo di musica con svariate combinazioni di calci pugni, ginocchiate e gomitate. **Una disciplina adrenalinica** e molto coinvolgente che permette di scaricare stress, nervosismi ed emozioni negative con estrema facilità.

IL MERCOLEDÌ ALLE 19.20 E 20.10

Info e iscrizioni presso tutte le reception e su milanosport.it

Happy
BIRTHDAY *Festeggia con noi!*

www.milanosport.it/Compleanni

In piscina:

Cantù-Cozzi-Cardellino-Iseo-Mincio-Murat

Spazi all'aperto al Saini

Feste personalizzate in Lidoteca presso il Lido

Nuoto Family

Genitori e bambini insieme in un'esperienza bellissima dove il piccolo, cullato dalle vostre braccia, inizia a giocare in acqua, un rapporto intimo e delicato tra genitore e bambino seguiti da istruttori qualificati,

Per crescere insieme nuotando!

IL SABATO ALLE 10.15 E ALLE 11.00 E LA DOMENICA ALLE 10.45

Info e iscrizioni presso tutte le reception e su milanosport.it

Info in tempo reale su Milanospo?r?

Facile.

Seguici su Twitter o su Fb.

Oppure controlla il banner Twitter sul nostro sito milanosport.it



@infoMilanosport



comune.milanosport

speedo
House
@PISCINA COZZI

DA LUNEDÌ A VENERDÌ DALLE ORE 12.30 ALLE ORE 14.30 E DALLE ORE 15.00 ALLE ORE 19.30	SABATO DALLE ORE 9.30 ALLE ORE 15.00 DOMENICA CHIUSO
---	--

PRODOTTI SPEEDO IN VENDITA ANCHE PRESSO TUTTE LE PISCINE MILANOSPORT.



**ORARIO SEGRETERIA
PER ISCRIZIONI
DAL LUN AL VEN
DALLE 10.00 ALLE 19.00**



PISCINA CARDELLINO

Via del Cardellino, 3

20147 - Milano - MI

Tel 02.417948



MILANOSPORT
OVUNQUE C'È SPORT



SEGUICI SU milanosport.it

