

# CENTRO SPORTIVO MURAT

Via Dino Villani, 2 Tel Tel 02.606732

## CORSI STAGIONE 2020/21

CENTRO SPORTIVO MURAT

CORSI DAL 20 SETTEMBRE 2020 AL 28 FEBBRAIO 2021											
RAGAZZI PENTAMESTRE	DISCIPLINE ACQUATICHE	NUOTO FAMILY 30'	In virtù delle disposizioni di legge e delle indicazioni delle autorità sanitarie in relazione agli obblighi di distanziamento sociale ed utilizzo di dispositivi di protezione delle vie respiratorie, al fine di salvaguardare tutti i nostri frequentanti e contrastare il rischio di contagio da Covid-19, si è ritenuto necessario procedere alla sospensione di tutti i corsi di: Nuoto Neonatale, Nuoto Family e Nuoto Baby. Certi che questa momentanea rinuncia ci permetterà di ritrovarci tra breve più sicuri e protetti a riprendere le attività sportive all'interno dei nostri impianti, vi diamo appuntamento ad ottobre per il dettaglio dei calendari.								
		NUOTO BABY 45'									
		NUOTO RAGAZZI 45'	Lun	17.00	17.15	17.45	18.30				
			Mar	17.00	17.15	17.45	18.00	18.30			
			Mer	16.45	17.00	17.30	17.45	18.30			
			Gio	17.00	17.15	17.30	17.45	18.00	18.15	18.45	€ 166,00
			Ven	16.45	17.00	17.30	17.45	18.15	18.30		
			Sab	9.00	9.30	9.45	10.15	10.30	11.00	11.15	
NUOTO PRFEZIONAMENTO 60'	Lun	18.00									
	Mar	16.15							€ 180,00		
	Sab	12.00									
NUOTO PREAGONISMO 45'	Mer	18.15							€ 136,00		
	NUOTO PREAGONISTICO 60'	Lun	16.15								
Mar		18.45							€ 180,00		
Gio		18.45									
ACQUAGOL 45'	Ven	18.15							€ 123,00		

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

ADULTI PENTAMESTRE	FITNESS IN ACQUA	ACQUAFITNESS 45'	Lun	9.30	10.15	16.15			
			Mar	18.30					
			Mer	9.30	10.15	19.15			€ 197,00
			Gio	13.00	18.30				
			Ven	10.00	19.00				
		HYDROBIKE 45'	Lun	18.30					€ 236,00
			Mer	18.30					
		ACQUAFITNESS 45' + HYDROBIKE 45' (Alternati)	Lun	20.00					
			Mar	19.15					€ 217,00
			Mer	20.00					
Gio	19.15								
NUOTO MASTER	Lun	19.00							
	Mar	19.45					€ 217,00		
	Mer	19.00							
	Gio	19.30							
NUOTO ADULTI 45'	Lun	19.15							
	Mar	19.15	20.00						
	Mer	19.15					€ 200,00		
	Gio	19.00	19.45	20.00					
	Ven	19.00	19.15						
NUOTO MASTER UNDER 25' 90'	Ven	19.15					€ 217,00		
<b>CORSI IN PALESTRA</b>									
PALESTRA	FITNESS PILATES 50'	Sab	10.25					€ 251,00	
		Lun	19.30						
	TOTAL BODY 50'	Gio	19.30					€ 123,00	
		Sab	11.25						
	GINNASTICA POSTURALE 50'	Gio	18.30					€ 153,00	
	GAG 50'	Lun	18.30					€ 123,00	
	GINNASTICA PUNTO VITA Over 65	Lun	9.00	10.10	11.20				
Mar		15.30					€ 83,00		
Mer		9.00	10.10	11.20					
Ven		15.30							