

ACQUA CLASS

Acqua Fitness

Ottobre



LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO	DOMENICA
7:00				7:00				7:00			7:00
8:00				8:00				8:00			8:00
8:30				8:30				8:30			8:30
9:00		Acquasoft		9:00				9:00	Acquasoft		9:00
9:30	AcquaGym	Samantha 9:00-9:50		9:30		Acqua GAB		9:30	Samantha 9:00-09:50		9:30
10:00	Samantha 9:30-10:20			10:00		Samantha 9:30-10:20		10:00			10:00
10:30	AcquaGym B.I.			10:30		Acqua GAB		10:30			10:30
11:00	Samantha 10:20-11:10			11:00		Samantha 10:20-11:10		11:00		Acqua Fitness	10:40-11:30
11:30	AcquaGym	AcquaGym B.I.		11:30		AcquaGym B.I.		11:30	AcquaGym	Water Trekking	Acqua Fitness
12:00	Samantha 11:20-12:10	Samantha 11:20-12:10		12:00		Samantha 11:20-12:10		12:00	Samantha 11:20-12:10	Alessia 11:00-11:50	11:30-12:20
12:30				12:30				12:30		Boxe&Run	
13:00	Acqua GAB			13:00		Acqua Circuit		13:00	Water Trekking	Alessia 11:50-12:40	
13:30	Samantha 13:10-14:00	Acqua GAG		13:30	Anima&Core	Samantha 13:10-14:00		13:30	Daniela 13:10-14:00	AcquaGym	
14:00	Acqua GAB	Daniela 13:40-14:30		14:00	Daniela 13:40-14:30	Acqua Circuit		14:00	Acqua Circuit	Alessia 12:40-13:30	
14:30	Samantha 14:00-14:50	Jump Circuit		14:30	Hydro Bike	Samantha 14:00-14:50		14:30	Daniela 14:00-14:50		
15:00		Daniela 14:30-15:20		15:00	Daniela 14:30-15:20			15:00			
15:30				15:30				15:30			
16:00				16:00				16:00			
16:30				16:30				16:30			
17:00				17:00				17:00			
17:30				17:30				17:30			
18:00				18:00				18:00			
18:30	Acqua Circuit	Hydro Bike		18:30	Acqua Kombat	Core & More		18:30	Acqua GAG		18:30
19:00	Daniela 18:40-19:30	Alessia 18:40-19:30		19:00	Alessia 18:40-19:30	Daniela 18:40-19:30		19:00	Alessia 18:40-19:30		19:00
19:30	Acqua GAG	AcquaGym		19:30	Bike Kombat	Acqua Circuit		19:30	Water Trekking		19:30
20:00	Daniela 19.30-20.20	Alessia 19.30-20.20		20:00	Alessia 19:30-20:20	Daniela 19.30-20.20		20:00	Alessia 19:30-20:20		20:00
20:30	Anima e Core	Acqua GAG		20:30		Acqua Circuit		20:30	AcquaCircuit		20:30
21:00	Daniela 20:20-21:10	Alessia 20:20-21:10		21:00		Daniela 20:20-21:10		21:00	Alessia 20:20-21:10		21:00
21:30				21:30				21:30			21:30
22:00				22:00				22:00			22:00
22:30				22:30				22:30			22:30
23:00				23:00				23:00			23:00

NOVITA' IMPORTANTE! Le nostre Piscine sono trattate con Raggi UV. Meno Cloro ... più Salute!

COD. DD001 - La direzione si riserva la facoltà di modificare gli orari, la programmazione delle lezioni e quella degli istruttori. Lo Staff si raccomanda di rispettare l'orario d'inizio e fine delle lezioni. Non è consentito l'ingresso nella Vasca 10 minuti dopo l'inizio della lezione. L'abbigliamento di vasca è composto da costume da nuoto, cuffia, ciabattine in gomma.

Si ricorda che è possibile frequentare le attività solo con il CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO in regola.



ACQUA CLASS

Nuoto Controllato

14.09.2026 - 06.06.2027



Via Aristide Leonori, 8
Tel. 06 5415467
www.tolivesport.it
info@tolivesport.it

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	DOMENICA
6:30	6:30 - 16:00	6:30 - 16:00	6:30 - 16:00	6:30 - 16:00	6:30 - 16:00	9:00 - 19:30	9:00 - 19:30
7:00							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	19:00 - 22:30	19:50 - 22:30	19:00 - 22:30	19:00 - 22:30	19:50 - 22:30		
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							
22:30							
23:00							

NOVITA' IMPORTANTE! Le nostre Piscine sono trattate con Raggi UV. Meno Cloro ... più Salute!

COD. DD003 - L'ATTIVITA' E' POSSIBILE SOLO TRAMITE PRENOTAZIONE SU APP TO LIVE PER SEDUTE DI 1H; Il Nuoto Controllato è riservato ad allievi di età minima di 16 anni, che sappiano nuotare almeno dorso e stile libero. Durante il Nuoto Controllato è vietato effettuare tuffi o giochi pericolosi o che possano disturbare gli altri frequentatori. Non è consentito praticare esercizi ginnici. L'abbigliamento di vasca è composto da costume da nuoto, cuffia, ciabattine in gomma. Il seguente PIANO VASCA è puramente indicativo, il numero di corsie messo a disposizione per il Nuoto Controllato potrebbe variare per momentanee esigenze organizzative. Si ricorda che è possibile frequentare le attività solo con il CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO in regola.

SCUOLA NUOTO BAMBINI - RAGAZZI

Lunedì Giovedì	Martedì Venerdì	Mercoledì Sabato
15.50-16.50	15.50-16.50	gli orari del sabato sono anticipati di 30 minuti
16.20-17.20	16.20-17.20	
16.40-17.40	16.40-17.40	
17.10-18.10	17.10-18.10	15.50-16.50
17.30-18.30	17.30-18.30	16.20-17.20
18.00-19.00	18.00-19.00	16.40-17.40
18.20-19.20	18.50-19.50	17.10-18.10
		17.30-18.30
		18.00-19.00

Mono settimanale Sabato	Mono settimanale Domenica
10.00-10.50	10.30-11.20
10.50-11.40	11.20-12.10
11.40-12.30	12.10-13.00

SCUOLA NUOTO ADULTI

Lunedì Giovedì	Martedì Venerdì	Mercoledì Sabato
19.20-20.20	10.00-11.00	18.30-19.30 (mercoledì) 9.00-10.00 (sabato)
20.20-21.20	11.00-12.00	
	13.30-14.30	
	18.30-19.30	Mono settimanale Mercoledì
	19.30-20.30	
	20.30-21.30	
		13.10-14.10
		19.30-20.30

NUOTO CONTROLLATO

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
06:30	06:30	06:30	06:30	06:30	09:00	09:00
16:00	16:00	16:00	16:00	16:00		
19:00	19:50	19:00	19:00	19:50		
22:30	22:30	22:30	22:30	22:30	19:30	19:30

Il **Nuoto Controllato** è riservato ad allievi di **età** minima di **16 anni**, che sappiano nuotare **almeno dorso e stile libero**. Durante il Nuoto Controllato è vietato effettuare tuffi o giochi pericolosi o che possano disturbare gli altri frequentatori. Non è consentito praticare esercizi ginnici. L'abbigliamento di vasca è composto da costume da nuoto, cuffia, ciabattine in gomma.

TO LIVE guarda avanti...
Le nostre piscine sono trattate con **RAGGI UV.**
MENO CLORO, PIU' SALUTE.

si ricorda che è possibile frequentare le attività solo con
il **CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO** in regola

Via Aristide Leonori, 8 Tel. 06 5415467
www.tolivesport.it acqua@tolivesport.it