

CORSI DI ACQUAFITNESS

ACQUAGYM

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN. E GIO.	09:15 - 13:15 17:30 - 18:15	
MAR. E VEN.	09:15	45 min.
MERCOLEDÌ	17:00 - 17:45 18:30	

ACQUAYOGA

GIORNO	ORARI	DURATA
MAR. E VEN.	09:15	45 min.
SABATO	10:15	

ACQUABIKE

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN. - GIO.	19:45	45 min.
MAR. - VEN.	11:00 - 19:00	

ACQUAPILATES

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN. - GIO.	19:00	45 min.

ACQUAFLOW

GIORNO	ORARI	DURATA
MAR. - VEN.	10:00	45 min.

ACQUAXTE

GIORNO	ORARI	DURATA
MAR. - VEN.	11:45	45 min.

GESTANTI

GIORNO	ORARI	DURATA
SABATO	09:30	45 min.

ORARI PALESTRA*

LUN. - MER. - GIO. _____ dalle 10:00 alle 21:00

MAR. - VEN. _____ dalle 09:00 alle 21:00

SABATO _____ dalle 09:00 alle 18:00

DOMENICA _____ dalle 09:00 alle 13:00

CON POSSIBILITÀ DI RICHIESTA DEL PERSONAL TRAINER.

* Gli orari della palestra potrebbero subire delle variazioni.
In alcuni orari l'istruttore potrebbe non essere in palestra.

CORSO PALESTRA

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN - MER. - GIO.	09:15	45 min.

PERSONAL TRAINER

È disponibile un servizio di **personal training dedicato**, pensato per offrire un percorso personalizzato in base agli obiettivi, al livello di preparazione e alle esigenze di ogni persona.



legnagonuOto



PROGRAMMA ATTIVITÀ

2026/2027

MUOVITI. DIVERTITI. CRESCI.

**PISCINA
DI LEGNAGO**

CORSI DI NUOTO BAMBINI

NUOTO ANATROCCOLI (3-36 mesi)

GIORNO	ORARI	DURATA
GIOVEDÌ	10:00	30 min.
SABATO	11:15 - 14:45 15:15 - 15:45	
DOMENICA	09:00 - 09:30 10:00 - 11:00	

NUOTO PAPERINI (3-5 anni)

GIORNO	ORARI	DURATA
DA LUN. A VEN.	16:45 - 17:15 17:45	30 min.
SABATO	09:30 - 10:00 10:30 - 11:00 16:15 - 16:45 17:15	
DOMENICA	10:00 - 10:30 11:00	

NUOTO RAGAZZI (6-14 anni)

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN. - MAR. GIO. - VEN.	16:15 - 17:00 17:45	45 min.
MERCOLEDÌ	16:15 - 17:00 17:45 - 18:30	
SABATO	09:30 - 10:15 11:00 15:30 - 16:15 17:00	
DOMENICA	11:00	

NUOTO JUNIOR (14-18 anni)

GIORNO	ORARI	DURATA
LUNEDÌ	18:30	45 min.
GIOVEDÌ	18:30	



GIORNO	ORARI
LUNEDÌ E GIOVEDÌ	dalle 07:30 alle 14:30
MARTEDÌ E VENERDÌ	dalle 09:00 alle 22:00
MERCOLEDÌ	dalle 07:30 alle 22:00
SABATO	dalle 09:00 alle 20:00
DOMENICA	dalle 09:00 alle 13:00 dalle 15:00 alle 19:00

NUOTO ADULTI

GIORNO	ORARI	DURATA
LUN. E GIO.	09:00 - 18:45 19:30 - 20:15	45 min.
MAR. E VEN.	09:00 - 09:45 18:45 - 19:30	
MERCOLEDÌ	18:45	

CORSI A POSTI LIMITATI. PAGAMENTO ENTRO IL 25 DEL MESE PER DIRITTO DI PRELAZIONE DEL POSTO.

NON SOLO CORSI DI NUOTO



COMPLEANNI
(domenica pomeriggio dalle 15:00 alle 19:00 con animazione su richiesta)



WIBIT
Giornate dedicate ai gonfiabili



LEZIONI PRIVATE E RIEDUCAZIONE FUNZIONALE



VISITE MEDICO SPORTIVE NON AGONISTICHE



CENTRI RICREATIVI
Centri Pasqualino, Arlecchino, Accelerati



BAR
Colazioni, merende e aperitivi



Via Olimpia, 6 - 37045 Legnago (VR)
0442 244 50 - 392 0037347
info@legnagonuoto.it
www.legnagonuoto.it

