

ORARI



NUOTO LIBERO

LUNEDI-MARTEDI-GIOVEDI-VENERDI: 8:00-15:00 e 19:20-20:30

MERCOLEDI 8:00-20:00

SABATO 8:00/16:00

DOMENICA 8:30-12:30

SALA PESI E SALA CARDIO

DAL LUNEDI AL VENERDI: 8:00-20:30

SABATO: 8:00-16:00 DOMENICA 8:30-12:30

EMPOLUM
SPORTING CLUB

CORSI FITNESS

NUOVA
SALA PESI

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
PISCINA	PALESTRA	PISCINA	PALESTRA	PISCINA	PALESTRA	PISCINA	PALESTRA	PISCINA	PALESTRA	PISCINA	PALESTRA
	9:30		9:30		9:30		9:30		9:30		
	GINNASTICA DOLCE ELISA		GINNASTICA FUNZIONALE ALESSANDRO		PILATES FABRIZIO		PILATES FABRIZIO		GINNASTICA FUNZIONALE ALESSANDRO		
				10:30				10:30			10:30
ACQUAGYM ELISA				ACQUAGYM FABRIZIO				ACQUAGYM MANUELA			CROSS TRAINER ALESSANDRO
14:00	14:10	14:00	14:00	14:00	14:10	14:00	14:00	14:00	14:10		
ACQUAGYM ELISA	GINNASTICA GENERALE CHRISTIAN P.	ACQUA BIKE ROBERTO	PILATES FABRIZIO	ACQUAGYM FABRIZIO	GINNASTICA GENERALE CHRISTIAN P.	ACQUA BIKE ROBERTO	PILATES FABRIZIO	ACQUAGYM MANUELA	GINNASTICA GENERALE CHRISTIAN P.		
	18:00		18:00		18:00		18:00		18:00		
	POSTURALE CHRISTIAN P.		CROSS TRAINER ALESSANDRO		POSTURALE CHRISTIAN P.		CROSS TRAINER ALESSANDRO		GINNASTICA GENERALE MICHELE		
19:30	19:00	19:20	19:00	19:00	19:00		19:00	19:20			
ACQUABIKE ROBERTA	GINNASTICA GENERALE CHRISTIAN P.	ACQUAGYM ROBERTA	CROSS TRAINER ALESSANDRO	ACQUABIKE ROBERTA	GINNASTICA GENERALE CHRISTIAN P.		CROSS TRAINER ALESSANDRO	ACQUAGYM ROBERTA			
SALA PESI		SALA PESI		SALA PESI		SALA PESI		SALA PESI		SALA PESI	
9:30-11:30 MAURO		9:00/12:30 ALESSANDRO		9:30-11:30 MAURO		9:00/12:30 ALESSANDRO		9:00/12:30 ALESSANDRO		9:00-12:30 ALESSANDRO	
11:30-14:00 ELISA		12:30/14:00 FABRIZIO		11:30/14:00 FABRIZIO		12:30/14:00 FABRIZIO					
14:30/18:00 CHRISTIAN P.		14:30/17:00 ALESSANDRO		14:30/18:00 CHRISTIAN P.		14:30/17:00 ALESSANDRO		14:30/18:00 CHRISTIAN P.			
18:00/20:00 MICHELE		17:00/20:00 MICHELE		18:00/20:00 MICHELE		17:00/20:00 MICHELE		18:00/20:00 MICHELE			



TEL.0774.447363 0774.449229
info@empolum.it www.empolum.it



327.9497868



empolum sporting club