



SPORTING CLUB
LEONARDO

ATTIVITÀ IN ACQUA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.15 – 10.00 ACQUAGYM	9.30 – 10.30 DOLCEACQUA	9.15 – 10.00 ACQUAGYM	9.30 – 10.30 DOLCEACQUA		09.00 – 12.15 CORSI DI NUOTO
					12.30 – 13.15 ACQUAGYM
17.00 – 18.30 CORSI DI NUOTO	14.00 – 16.30 CORSI DI NUOTO				
20.15 – 21.00 ACQUA TONIC	20.00 – 20.45 ACQUA BOXE				

TUTTE LE ATTIVITÀ DI GRUPPO SONO ACCESSIBILI SOLO PREVIA PRENOTAZIONE

reception@sportingclubleonardo.it



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	09.30 – 10.30 YOGA sala H		09.30 – 10.30 YOGA sala H		10.30 – 11.15 GAG CIRCUIT sala A
13.15 – 14.00 TONIFICAZIONE sala A	11.00 – 12.00 GINNASTICA DOLCE sala A	13.15 – 14.00 JOLLY sala A	11.00 – 12.00 GINNASTICA DOLCE sala A	13.15 – 14.00 TONIFICAZIONE sala A	11.15 – 12.00 INTERVAL TRAINING sala A
	12.30 – 13.30 PILATES sala A	18.15 – 19.00 GAG sala A	12.30 – 13.30 PILATES sala H		
18.30 – 19.30 YOGA sala H	13.00 – 14.00 BOXE sala KRAV	18.30 – 19.30 YOGA sala H	13.00 – 14.00 BOXE sala KRAV		
19.00 – 20.00 CORE SYSTEM sala A	19.00- 19.45 TOTAL BODY sala A	19.00 – 19.45 FIT BOXE sala A	19.00 – 20.00 BODY PUMP sala A	19.00 – 19.45 FIT BOXE sala A	
19.15 – 20.00 FIT BOXE sala KRAV		20.00 – 20.45 TOTAL BODY sala A		20.00 – 20.45 TOTAL BODY sala A	

TUTTE LE ATTIVITÀ DI GRUPPO SONO ACCESSIBILI SOLO PREVIA PRENOTAZIONE

reception@sportingclubleonardo.it



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	12.30 – 13.30 KRAV MAGA sala Taekwondo	12.30 – 13.30 TAI CHI sala H	12.30 – 13.30 KRAV MAGA sala Taekwondo		09.15 – 12.15 CORSI DI NUOTO piscina
		17.00 – 19.00 FITKID sala A			14.30 - 15.30 CORSI DI NUOTO piscina
17.00 – 19.00 FITKID sala A	17.00 – 21.30 TAEKWONDO sala Taekwondo	17.30 – 21.30 M.M.A sala Taekwondo	17.00 – 21.30 TAEKWONDO sala Taekwondo	17.30 – 21.30 M.M.A sala Taekwondo	
	19.30 – 20.30 KARATE sala H		20.30 – 21.30 NINJUTSU sala A		
20.30 – 21.30 NINJUTSU sala A		20.30 – 21.30 MIKKYO sala H		19.30 – 20.30 KARATE sala H	

TUTTE LE ATTIVITÀ DI GRUPPO SONO ACCESSIBILI SOLO PREVIA PRENOTAZIONE

reception@sportingclubleonardo.it