

ORARIO VALIDO DAL 26 SETTEMBRE AL 31 MAGGIO

CORSI

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9:30-10:15	Back School		Back School		Pilates	
10.00-11.00		Evergreen		Evergreen		
13.00-13.45	Functional tone	FBI	Pilates on the Ball	FBI	Pilates	
13.45-14.00						
17.30-17.45	Step tone	DuneBall	Sidea Tone	GAG	Sidea Tone	
17.45-18.00						
18.00-18.15						
18.15-18.30	Step Dance	Aereo Tone	Movida	Step tone	DuneBall	
18.30-18.45						
18.45-19.00						
19.00-19.15	Movida	Gym Bar	DuneBall	Pilates	Addominali	
19.15-19.30						
19.30-19.45						
19.45-20.00						
20.00-20.30	FBI	Kung Fu	FBI	Kung Fu		
20.30-21.00						
21:00-22.00						

AQUAE

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
10.15-11.00	Aquae Gym		HydroBike		Aquae STEP	
11.00-11.45						
13.00-13.45	Aquae Aerobic	HydroBike	Aquae Gym	Aquae Tonic	Aquae Aerobic	Aquae Gym
13.45-14.30	Gym H2o Bar	Aquae Tonic	Aquae STEP	Aquae Pilates	HydroBike	
17.30-18.15	Aquae soft	Aquae Tonic	HydroBike	Gym H2o Bar	Aquae STEP	
18.30-19.15	Aquae STEP	Aqua pilates	Aquae Aerobic	HydroBike	Aquae Aerobic	
19.30-20.15	Aquae GAG	Aquae Gym	Aquae STEP	Aquae Aerobic	HydroBike	
20.15-21.00	HydroBike		HydroBike			



BRAZILIAN JIU JITSU
ARI GALO CARLSON GRACIE TEAM



ZEN

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
18.15-19.00	Back School	Back School		Back School		
19.00-19.15	Back School	ThaiBoxe	BJJ Carlson Gracie Team	BJJ Carlson Gracie Team	ThaiBoxe	
19.15-19.45						
19.45-20.00	BJJ Carlson Gracie Team	BJJ Carlson Gracie Team			BJJ Carlson Gracie Team	
20.00.-21.00						
21.00.-22.00		BJJ Carlson Gracie Team			BJJ Carlson Gracie Team	

AQUAELIBRIUM Fitness SPA

Via Girgenti 3 - 15121 Alessandria - Tel/Fax 0131/288135

www.aquaelibrium.it - info@aquaelibrium.it

ORARIO STAGIONE 2011/12 in vigore dal 26/09/2011

dal lunedì' al venerdì' dalle 9,00 alle 22,00

Sabato e Domenica dalle 10,00 alle 17,00



Tutti i corsi in acqua sono solo su prenotazione
(hydro bike max 12 posti ; aquae step max 10 posti).

*LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO
DI APPLICARE VARIAZIONI E/O INTEGRAZIONI*

ORARIO THERMARIUM:

dal Lunedì al Venerdì dalle ore 10,00 alle ore 21,30

Sabato e Domenica : dalle ore 11,00 alle ore 16,30

CENTRALINO AQUAELIBRIUM
0131/288135

