

ACQUA FITNESS

ANNO SPORTIVO
2020 - 2021

ATTIVITÀ GINNICO MOTORIE ACQUATICHE



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA

CUSB

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
8.45 - 9.30 OVERGYM			8.45 - 9.30 OVERGYM		10.45 - 11.30 ACQUAGYM	10.45 - 11.30 ACQUAGYM
9.30 - 10.15 ACQUAGYM	10.35 - 11.20 ACQUAGYM		9.30 - 10.15 ACQUAGYM	10.35 - 11.20 ACQUAGYM	11.30 - 12.15 ACQUAGYM	11.30 - 12.30 ABIKE
	11.20 - 12.05 PRE PARTO			11.20 - 12.05 PRE PARTO	12.15 - 13.00 ACQUACIRCUIT	
13.00 - 14.00 ABIKE		13.00 - 14.00 ABIKE		13.00 - 14.00 ABIKE		
14.20 - 15.05 ACQUAGYM		14.10 - 14.55 PRE PARTO	14.20 - 15.05 ACQUAGYM			
17.45 - 18.30 ACQUAGYM			17.45 - 18.30 ACQUAGYM	17.45 - 18.30 ACQUAGYM	17.00 - 17.45 ACQUACIRCUIT	
18.30 - 19.15 ACQUAGYM	17.45 - 18.30 ACQUAGYM	17.45 - 18.30 ACQUAGYM	18.30 - 19.15 ACQUAGYM	18.30 - 19.15 ACQUACIRCUIT		
19.15 - 20.00 ACQUACIRCUIT	18.30 - 19.15 ACQUAGYM	18.30 - 19.15 ACQUAGYM	19.15 - 20.00 ACQUAKICKBOXING			
20.00 - 20.45 ACQUAKICKBOXING	19.15 - 20.00 ACQUACIRCUIT	19.15 - 20.15 ABIKE	20.00 - 20.45 ACQUAGYM			
	20.00 - 21.00 ABIKE	20.15 - 21.15 ABIKE		20.45 - 21.45 ABIKE		

SEGRETERIA NUOTO CUSB
per iscrizioni e informazioni:

Lunedì e Martedì: 10.00 - 13.00
Lunedì, Martedì e Giovedì: 15.00 - 20.30
Mercoledì e Venerdì: 17.00 - 20.00

☎ 051 6338103

✉ nuoto.cusb@unibo.it

Impianto CUS Record | Via del Pilastro, 8 | 40127 Bologna | 051 6338103 | nuoto.cusb@unibo.it

Uscita tangenziale n°9 (S. Donato) o uscita n° 10 (Roveri) | Parcheggio interno non custodito da 250 posti - Autobus 14/c - 20 - 35 - 55

CORSI SCUOLA NUOTO | ANNO SPORTIVO 2020 - 2021



ADULTI

BEBE' (0-36 mesi)

ACQUAMICA (3-6 anni)

BAMBINI E RAGAZZI

8:00 - 14:00 14:00 - 18:00 18:00 - 22:00 8:00 - 15:00 15:00 - 19:00 8:00 - 15:00 15:00 - 19:00 8:00 - 14:00 14:00 - 18:00 18:00 - 22:00

LUN

13:15 - 14:00	15:30 - 16:15 16:15 - 17:00 17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18.30 - 19:15 19:15 - 20:00 20:00 - 20:45 20:45 - 21:30	10:30 - 11:00 (0-12 mesi)			17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15		17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15	
---------------	--	--	------------------------------	--	--	---	--	---	--

MAR

8:45 - 9:30 9:30 - 10:15	17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18:30 - 19:15 19:15 - 20:00 20:00 - 20:45				17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15		16:15 - 17:00 17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18:30 - 19:15 19:15 - 20:00
-----------------------------	--------------------------------	---	--	--	--	---	--	---	--------------------------------

MERC

13:15 - 14:00	17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18:30 - 19:15		16:00 - 16:30 (0-18 mesi) 16:30 - 17:00 (18-36 mesi)		17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15		15:45 - 16:45* 16:45 - 17:45* 16:15 - 17:00 17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	
---------------	--------------------------------	---------------	--	---	--	---	--	---	--

GIOV

	15:30 - 16:15 16:15 - 17:00 17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18.30 - 19:15 19:15 - 20:00 20:00 - 20:45 20:45 - 21:30		16:00 - 16:30 (0-18 mesi) 16:30 - 17:00 (18-36 mesi)		17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15		17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15	
--	--	--	--	---	--	---	--	---	--

VEN

7:10 - 7:55 8:45 - 9:30 9:30 - 10:15	17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18:30 - 19:15 19:15 - 20:00 20:00 - 20:45				17:00 - 17:45 17:45 - 18:30 18:30 - 19:15		15:45 - 16:45* 16:45 - 17:45* 17:00 - 17:45 17:45 - 18:30	18:30 - 19:15
--	--------------------------------	---	--	--	--	---	--	--	---------------

SAB

9:15 - 10:00 10:00 - 10:45 10:45 - 11:30 11:30 - 12:15 12:15 - 13:00	16:15 - 17:00 17:45 - 18:30		9:00 - 9:30 (0-12 mesi) 9:30 - 10:00 (12-24 mesi) 10:00 - 10:30 (24-36 mesi)		10:00 - 10:45 10:45 - 11:30 11:30 - 12:15 12:15 - 13:00	16:15 - 17:00 17:00 - 17:45	9:15 - 10:00 10:00 - 10:45 10:45 - 11:30 11:30 - 12:15 12:15 - 13:00	15:20 - 16:05 16:15 - 17:00 17:00 - 17:45	
--	--------------------------------	--	---	--	--	--------------------------------	--	---	--

DOM

10.45 - 11:30 11:30 - 12:15			9:00 - 9:30 (0-12 mesi) 9:30 - 10:00 (12-24 mesi) 10:00 - 10:30 (24-36 mesi)		10:00 - 10:45 10:45 - 11:30 11:30 - 12:15		10:00 - 10:45 10:45 - 11:30 11:30 - 12:15	- Orari corsi anche per principianti - Corsi di mermaiding - Corsi di avviamento alla pallanuoto*	
--------------------------------	--	--	---	--	---	--	---	---	--