NUOTO BABY

VP=Vasca piccola
VG=vasca grande

SAB	Con genitore	Senza genitore
9:00	NO	4+ VG
9:20	0-12 mesi in VP	4+ in VP
10:00	12-24 mesi in VP	4+ in VP
10:40	24-36 mesi in VP	4+ in VP
11:20	3-4 anni in VP	4+ in VP
12:00	NO	4+ VP e VG

DOM	Con genitore	Senza genitore
9:00	0-12 mesi + 3-4 anni in VP	NO
9:40	12-24 mesi in VP	4+ VP e VG
10:20	24-36 mesi in VP	4+ VP e VG
11:00	3-4 anni in VP	4+ VP e VG
11:40	NO	4+ VP e VG

ANTALGICA E PREPARTO

MAR e VEN	
9:20	Antalgica
10:10	Antalgica
11:00	Antalgica
11:50	Preparto

CONTATTI

Piscina Kennedy
via Kennedy 63, San Lazzaro di Savena (BO)
tel 051 467068 - 380 1955432

WEB e SOCIAL
www.as2000.it
info@sportduemila.com
Instagram e Facebook: @sport2000web
Twitter: @sport_2000
Canale Telegram: t.me/sport2000web

ORARI SEGRETERIA:
Lun, Gio: 15 - 21
Mar, Ven: 8:30 - 12:30 e 15 - 21
Mer: 16 - 20 / Sab: 9 - 12:30 / Dom: 8:30 - 12:30
Durante le iscrizioni di settembre, orario continuato
(10-19 da lun a ven + sab 9-12:30)

Orari di segreteria sempre aggiornati

Canale Telegram

Tutte le nostre attività sono riservate agli associati Sport 2000
Diventa nostro associato e inizia a muoverti con noi!

SAN LAZZARO
INIZIO CORSI: 18/09/23

SPORT 2000

ATTIVITÀ IN PISCINA

2023-2024

NUOTO ADULTI

LUN e GIO	
14:00	Principianti
16:10	Intermedio, Avanzato
17:50	Intermedio, Avanzato
18:40	Intermedio, Avanzato, Sportivo
19:30	Principianti, Intermedio, Avanzato, Sportivo
20:20	Principianti, Intermedio, Avanzato, Sportivo
21:10	Principianti, Intermedio, Avanzato
22:00	Principianti, Intermedio, Avanzato
MAR e VEN	
11:00	Intermedio, Avanzato
14:00	Intermedio, Avanzato
16:10	Intermedio, Avanzato
17:50	Intermedio, Avanzato
18:40	Intermedio, Avanzato, Sportivo
19:30	Principianti, Intermedio, Avanzato, Sportivo
20:20	Principianti, Intermedio, Avanzato
21:10	Principianti, Intermedio, Avanzato, Sportivo
SAB	
9:40	Principianti
10:00	Intermedio, Avanzato
10:50	Intermedio, Avanzato

NUOTO BAMBINI

LUN e GIO	
16:10	Propedeutica + Nuoto tecnico
17:00	Propedeutica + Nuoto tecnico
17:50	Nuoto tecnico
18:40	Propedeutica + Nuoto tecnico
MAR e VEN	
16:10	Propedeutica + Nuoto tecnico
17:00	Propedeutica + Nuoto tecnico
17:50	Propedeutica + Nuoto tecnico
18:40	Propedeutica + Nuoto tecnico
SAB (solo vasca grande)	
10:00	Nuoto tecnico
10:50	Nuoto tecnico

ACQUA SENZA FRONTIERE

Progetto rivolto a persone con disabilità realizzato con istruttori specializzati

Giorni e orari concordati con gli istruttori

SUB, APNEA, SNORKELING

Corsi A.R.A. fino al 3° livello, didattica CMAS, BASE e AVANZATO

Informazioni: 349 1906572 (Claudio)
347 4625133 (Mirco)

AQUARIA e HYDROMARCIA

LUN e GIO	
13:00	Aquagym in VG
16:10	Aquagym in VG
19:30	Hydromarcia
20:00	Aquagym in VP
MAR e VEN	
7:00	Hydromarcia
7:30	Aquagym in VG
8:20	Aquagym in VG
9:10	Aquagym in VG
10:00	Aquagym in VG
16:10	Aquagym in VG
19:30	Aquagym in VG
Sabato	
11:20	Aquagym in VG

Il fitness in acqua è organizzato con tessera a entrate per non perdere nemmeno una lezione
Scelta fra 8, 12 o 20 ingressi

NOTE:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

PALLAVOLO

Corsi di Volley e Minivolley per tutti i livelli fino all'agonistica (tornei FIPAV e UISP)

UNDER 14 (nate 2009, 2010, 2011)
orari e luoghi da definire

UNDER 18 (nate 2006, 2007)
orari e luoghi da definire

SECONDA DIVISIONE FIPAV
orari e luoghi da definire

Info: responsabile di settore Ambra Pirini - 338 4213618

SOLO A PIANORO

TENNIS

Corsi propedeuci, intermedi e avanzati per tutte le età con i maestri FIT della Mingori Tennis Academy

BAMBINI (7 - 18 anni)
Da Lunedì a Venerdì: Dalle 15:00 alle 19:00

ADULTI
Da Lunedì a Venerdì: Dalle 18:00 alle 22:00

AGONISTICA JUNIOR (10 - 18 anni)
Due o tre volte a settimana, 1 ora e 1/2 di lezione
(possibilità di lezioni individuali e preparazione atletica per agonistica Junior)

Info: Responsabile Paolo Mingori - 338 8896363

CONTATTI

KENNEDY GYM
c/o Piscina Kennedy
via Kennedy 63, San Lazzaro di Savena (BO)
tel 051 467068 - 380 1955432
ORARI SEGRETERIA:
Lun, Gio: 15 - 21
Mar, Ven: 8:30 - 12:30 e 15 - 21
Mer: 16 - 20 / Sab: 9 - 12:30 / Dom: 8:30 - 12:30
Durante le iscrizioni di settembre, orario continuato
(10-19 da lun a ven + sab 9-12:30)

PALLAVOLO
Resp. Ambra Pirini - 338 4213618

GREEN ENERGY
Palestra "Green Energy"
via della fornace 14, San Lazzaro di Savena (BO)
tel 380 377 48 97

WEB e SOCIAL
www.as2000.it
info@sportduemila.com
Instagram e Facebook: @sport2000web
Twitter: @sport_2000
Canale Telegram: t.me/sport2000web

Tutte le nostre attività sono riservate agli associati Sport 2000
Diventa nostro associato e inizia a muoverti con noi!

SAN LAZZARO
INIZIO CORSI: 18/09/23

SPORT 2000

ATTIVITÀ PALESTRA

2023-2024

GREEN ENERGY

LUNEDI'	
17:30	Yoga Posturale
18:30	Yoga Kundalini
19:30	Gym Pilates
20:30	Total Body Workout
MARTEDI'	
16:40	Aikido educativo
17:30	Postural Stretching
18:30	Zumba
19:30	Postural Mix
20:30	Aikido adulti
MERCOLEDI'	
16:30	AFA Parkinson
17:30	Gym Pilates
18:30	Gym Pilates
19:30	Functional Training
20:30	Mobility
GIOVEDI'	
16:40	Aikido educativo
17:30	Postural Stretching
18:30	Total Body Workout
19:30	Postural Mix
VENERDI'	
16:30	AFA Parkinson
18:30	Zumba

TERZA ETA'

Centro MALPENSA (mar e Ven)	
8:30	Posturale
9:25	Mantenimento
10:20	Posturale
Centro TONELLI (Mar e Ven)	
11:30	Mantenimento
Sala PARADISO (Mar e Ven)	
8:45	Ginnastica Dolce
9:40	Ginnastica Dolce

Orari Segreteria Kennedy
Sempre aggiornati

Orari Green Energy
Sempre aggiornati

Canale Telegram

KENNEDY GYM

ORARI	
Da Lun a Ven	8:00 - 21.00
Sabato	8:30 - 19:00
Domenica	8:30 - 13:00

Palestra completa di attrezzistica e clima, a frequenza libera e trainer di sala incluso

Ingresso singolo oppure abbonamento mensile, trimestrale o annuale (Intero o pomeridiano)

NOTE:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....