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 anniin VP	4+ in VG
11:45	NO	4+ in VG
12:00	NO	4+ in VP

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 ai tesserati Sport 2000
Iscriviti e inizia a muoverti con noi!

SAN LAZZARO

SPORT 2000

ATTIVITÀ IN PISCINA

2024-2025
Iscrizioni: dal 5/09
Inizio corsi: 16/09

NUOTO ADULTI

LUN e GIO	
13:50	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	
13:50	Intermedio, Avanzato
16:10	Intermedio, Avanzato
17:00	Intermedio, Ragazzi
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

SPORT 2000 piscina KENNEDY
via Kennedy 63, San Lazzaro di Savena (BO)
tel 051 467068 - 380 1955432

ORARI SEGRETERIA:
Lun: 14 - 21
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 ai tesserati Sport 2000
Iscriviti e inizia a muoverti con noi!

SAN LAZZARO

SPORT 2000

ATTIVITÀ PALESTRA

2024-2025

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
MERCOLEDI'	
17:30	Gym Pilates ENERGY
18:30	Gym Pilates
19:30	Functional Training
20:30	Mobility
GIOVEDI'	
16:40	Aikido educativo
17:30	Postural Stretching
18:30	Samba
19:30	Postural Mix
VENERDI'	
18:30	Zumba
20:00	Pallavolo

La Palestra Green Energy
si trova in via della Fornace 14/M
San Lazzaro di Savena

Il Centro Malpensa
si trova in via Jussi 33
San Lazzaro di Savena

Il Centro Tonelli
si trova in via Galletta 42
La Mura San Carlo (San Lazzaro)

La Sala Paradiso
si trova presso il circolo ARCI San Lazzaro
in via Bellaria 7

Orari Segreteria Piscina
Sempre aggiornati

Orari Green Energy
Sempre aggiornati

Canale Telegram

TERZA ETA'

Centro MALPENSA (mar e Ven)	
9:00	Posturale
9:55	Mantenimento
10:50	Posturale
11:45	Posturale
Centro TONELLI (Mar e Ven)	
11:30	Mantenimento
Sala PARADISO (Mar e Ven)	
8:45	Ginnastica Dolce
9:40	Ginnastica Dolce

NOTE:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....