

PLANNING

dal 28 Agosto al 17 Settembre 2017

Chiusura Estiva da Sabato 12/08 a Domenica 20/08

ORARI DI APERTURA AL PUBBLICO

LUNEDÌ > VENERDÌ 6.30-22.00
SABATO 8.30-18.00
DOMENICA 8.30-18.00

IL PLANNING PUÒ SUBIRE VARIAZIONI, PER ESSERE
SEMPRE AGGIORNATO VISITA IL SITO

EUROPA SPORTING CLUB SRL
SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA
CENTRO SPORTIVO SAN FILIPPO
VIA BAZOLI 10, 25127 / BRESCIA
030 318775 / 030 3391884

www.europasportingclub.com

ORARI FESTIVITÀ

MARTEDÌ 1 NOVEMBRE: 09:00 - 13:00

GIOVEDÌ 8 DICEMBRE: 09:00 - 13:00

SABATO 24 DICEMBRE: 08:30 - 14:00

DOMENICA 25 DICEMBRE: CHIUSURA

LUNEDÌ 26 DICEMBRE: 09:00 - 13:00

SABATO 31 DICEMBRE: 08:30 - 14:00

DOMENICA 1 GENNAIO: CHIUSURA

VENERDÌ 6 GENNAIO: 09:00 - 13:00

DOMENICA 16 APRILE (PASQUA) CHIUSURA

LUNEDÌ 17 APRILE: 09:00 - 13:00

MARTEDÌ 25 APRILE: 09:00 - 13:00

LUNEDÌ 1 MAGGIO 09:00 - 13:00

VENERDÌ 2 GIUGNO 09:00 - 13:00

IN QUESTI GIORNI I CORSI VENGONO RIDOTTI
CHIEDI IN SEGRETERIA

PER I TESSERAMENTI SQUADRE ESC (CICLISMO,
TRIATHLON, RUNNING, NUOTO, APNEA, SUB, TRAIL)
CONTATTARE DIRETTAMENTE LA RECEPTION.

SUL PLANNING NON SONO PRESENTI I CORSI DI
GINNASTICA POSTURALE, I CORSI PILATES STUDIO,
PILATES PICCOLI ATTREZZI, TESSUTI AEREI, JU JITSU.

SONO ESCLUSI I SERVIZI DI PERSONAL TRAINING E
NUOTO INDIVIDUALE.

PER I BAMBINI CORSI DI SCUOLA NUOTO FEDERALE, L'
EDUCAZIONE MOTORIA, HIP-HOP, JU JITSU, ZUMBA E
ATLETICA LEGGERA.

PER QUESTI CORSI E PER LE ALTRE FORME DI
ABBONAMENTO RIVOLGERSI IN RECEPTION.

LUNEDÌ

ORARIO	ATTIVITÀ	ISTRUT.	AREA
8.45-9.35	Yoga	Angelo	Sala 2
10.00-10.50	Step Tone	Paolo M.	Sala 1
10.15-11.00	Nuoto tonic	Iris	Piscina 1
11.00-11.50	AcquaTone	Iris	Piscina 1
12.30-13.00	Abs	Gaetano	Sala 2
12.50-13.40	Interval Trainig	Iris	Piscina 1
13.00-13.50	Step Tone	Pietro	Sala 1
13.00-13.45	Hydro Bike	Wilma	Piscina 2
13.10-14.00	Trx	Gaetano	Sala 2
13.45-14.30	Hydro Bike	Wilma	Piscina 2
14.30-15.20	Step Tone	Simona	Sala 1
14.50-15.40	Acqua Gym	Wilma	Piscina 1
15.40-16.30	Acqua Tone	Wilma	Piscina 1
17.20-18.10	Hydrogag	Paolo O.	Piscina 1
17.20-18.10	Pilates	Alessandra	Sala 1
18.10-19.00	Step Tone	Alessandra	Sala 1
18.10-19.00	Acqua Combat	Paolo O.	Piscina 1
18.35-19.25	Trx	Pier	Sala 2
19.05-19.55	Step Tone	Paolo M.	Sala 1
19.10-20.00	Acqua Tone	Sara	Piscina 1
19.10-20.00	Acqua Pilates	Barbara	Piscina 2
19.30-20.20	Pilates tools	Paolo O.	Sala 2
20.00-20.50	Cross Training	Paolo M.	Sala 1
20.10-21.00	Acqua Gym	Barbara	Piscina 1

MARTEDÌ

ORARIO	ATTIVITÀ	ISTRUT.	AREA
8.45-9.30	Strech	Luca	Sala 2
9.30-10.15	Nuoto Tonic	Iris	Piscina 1
10.00-10.50	Step Tone	Alessandra	Sala 1
10.15-11.00	Nuoto Tonic Pinne	Iris	Piscina 1
11.00-11.30	Abs	Matteo	Sala 1
13.00-13.50	Fit Ball	Alessandra	Sala 1
13.00-13.45	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
13.45-14.30	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
14.00-14.50	Acqua Gym	Raffaella	Piscina 1
14.50-15.40	Nuoto Tonic	Raffaella	Piscina 1
16.30-17.20	Acqua Gym	Sara	Piscina 1
17.20-18.10	Step Tone	Paolo O.	Sala 1
18.10-19.00	Cross Training	Paolo O.	Sala 1
18.10-19.00	Acqua Tone	Sara	Piscina 1
19.05-19.55	Zero	Alessandra	Sala 1
19.10-20.00	Acqua Aerobica	Paolo O.	Piscina 1
19.10-19.55	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
20.00-20.50	Yoga	Michela	Sala 2
20.00-20.45	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2

MERCOLEDÌ

ORARIO	ATTIVITÀ	ISTRUT.	AREA
8.45-9.35	Yoga	Michela	Sala 2
10.00-10.50	Step Tone	Paolo M.	Sala 1
10.15-11.00	Nuoto Tonic	Wilma	Piscina 1
11.00-11.50	Acqua Tone	Wilma	Piscina 1
12.30-13.00	Abs	Camilla	Sala 2
12.50-13.40	Interval Training	Paolo O.	Piscina 1
13.00-13.50	Yoga	Luisa B.	Sala 2
13.00-13.50	Functional	Pier	Sala 1
13.00-13.45	Hydro Bike	Wilma	Piscina 2
13.45-14.30	Hydro Bike	Wilma	Piscina 2
14.50-15.40	Hydrogag	Iris	Piscina 1
15.40-16.30	Acqua Power	Iris	Piscina 1
17.20-18.10	Cross Training	Alessandra	Sala 1
17.20-18.10	Hydrogag	Barbara	Piscina 1
17.45-18.35	Yoga	Michela	Sala 2
18.10-19.00	Step Dance	Alessandra	Sala 1
18.10-19.00	Acqua Power	Barbara	Piscina 1
18.35-19.25	Trx	Pier	Sala 2
19.05-19.55	Step Tone	Paolo M.	Sala 1
19.10-19.55	Hydro Bike	Luca	Piscina 2
20.00-20.50	Acqua Gym	Barbara	Piscina 1

Tutte le lezioni in sala 2 / piscina 2 devono essere prenotate in segreteria.

È obbligatorio disdire la propria prenotazione in caso di assenza entro 1h dall'inizio della lezione.

A chi per 3 volte (anche non consecutive) nell'arco di un mese, non si presenta senza disdire, verrà interdetta la possibilità di prenotazione di tutti i corsi in sala 2 / piscina 2 per una settimana.

GIOVEDÌ

ORARIO	ATTIVITA	ISTRUT.	AREA
8.45-9.35	Pilates	Alessandra	Sala 2
9.30-10.15	Nuoto tonic	Wilma	Piscina 1
10.15-11.00	Nuoto Tonic Pinne	Wilma	Piscina 1
10.00-10.50	Zumba	Alessandra	Sala 1
11.00-11.30	Abs	Matteo	Sala 1
13.00-13.50	Functional Step	Alessandra	Sala 1
13.00-13.45	Hydro Bike	Barbara	Piscina 2
13.50-14.40	Acqua Pilates	Barbara	Piscina 2
14.00-14.50	Acqua Gym	Iris	Piscina 1
14.30-15.20	Step tone	Simona	Sala 1
16.30-17.20	Acqua Gym	Veronica	Piscina 1
17.20-18.10	Pilates	Paolo O.	Sala 1
18.10-19.00	Step Tone	Anna	Sala 1
18.10-19.00	Acqua Combact	Sara	Piscina 1
19.05-19.55	Zero	Anna	Sala 1
19.10-20.00	Acqua Tone	Veronica	Piscina 1
19.10-19.55	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
20.00-20.45	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
20.00-20.50	Yoga	Michela	Sala 2

VENEDÌ

ORARIO	ATTIVITA	ISTRUT.	AREA
8.45-9.35	Yoga	Francesca	Sala 2
10.00-10.50	Body Tonic	Pietro	Sala 1
10.15-11.00	Nuoto tonic	Elisabetta	Piscina 1
11.00-11.50	Acqua Tone	Iris	Piscina 1
12.30-13.00	Abs	Gaetano	Sala 2
12.50-13.40	Interval Training	Paolo O.	Piscina 1
13.00-13.50	Step Tone	Pietro	Sala 1
13.00-13.45	Hydro Bike	Luca	Piscina 2
13.45-14.30	Hydro Bike	Luca	Piscina 2
14.50-15.40	Nuoto Tonic	Iris	Piscina 1
15.40-16.30	Acqua Tone	Sara	Piscina 1
16.30-17.20	Acqua Gym	Sara	Piscina 1
17.20-18.10	Step Tone	Alessandra	Sala 1
17.20-18.10	Acqua Tone	Andrea	Piscina 1
18.10-19.00	Zumba	Alessandra	Sala 1
18.10-19.00	Interval Training	Andrea	Piscina 1
18.30-19.00	ABS	Pier	Sala2
19.05-19.55	Functional	Pier	Sala 1
19.10-20.00	Pilates tools	Alessandra	Sala 2
19.10-19.55	Hydro Bike	Luca	Piscina 2

SABATO

ORARIO	ATTIVITA	ISTRUT.	AREA
9.30-10.20	Pilates	Pietro	Sala 2
10.30-11.20	Step tone	Pietro	Sala 1
11.00-11.45	Hydro Bike	Luca	Piscina 2
12.00-12.50	Acqua Tone	Sara	Piscina 1
14.00-14.50	Step Tone	Alessandra	Sala 1

DOMENICA

ORARIO	ATTIVITA	ISTRUT.	AREA
9.30-10.15	Hydro Bike	Letizia	Piscina 2
10.00-10.50	Step Tone	Surprise	Sala 1
10.30-11.20	Acqua Gym	Letizia	Piscina 1

Concessionaria BMW e MINI
Nanni Member



centro
PRINTING MANAGEMENT

**Idraulica
 BAIGUERA**

**SPORT
 LAND**

**FORTE
 TAVINA**

OP

Live Arena
eat, drink & sport TV

**OLIMPIA
 SPLENDID**
HOME OF COMFORT

SanFilippo
ristorante sportivo

**EUROPA
 SPORTING CLUB**
società sportiva dilettantistica

**MINO
 CALZE**

**ACQUA
 SOCIETÀ**

**FORREST
 GUMP**
RUNNING & TRAIL

Menu
FOOD DELIVERY SERVICE

**DATTOLA
 OTTICA AD ARTE**
VIA VALCANONICA 20/A - PESCESA
 TEL. 030 373037

**MAGENTA HOMME
 MAGENTA FEMME**