

# ONDARTE Sagl PROGRAMMA 2018/2019

**TRESA BAY HOTEL- Ponte Tresa 32°**

**ARS MEDICA - Gravesano 32°**

**PROVVIDA MADRE Balerna 32°**

**CLINICA DI NOVAGGIO 32°**

**LUNEDI**

11.15-12.00 Acquantalgica - Francesco  
 12.00-12.45 Acquantalgica - Francesco  
 14.30-17.30 Nuoto ragazzi vari livelli  
 19.45-20.30 Acquagym - Désirée  
 20.30-21.15 Acquagym - Désirée

**MARTEDI**

09.15-10.00 18-36 mesi  
 10.00-10.30 1-2 anni  
 10.45-11.30 Aquafit®-Sandy  
 11.45-12.30 Aquafit®-Sandy  
 13.00-13.30 0 - 6 mesi  
 13.30-14.00 1 - 2 anni  
 14.00-14.30 6-12 mesi  
 14.30-15.15 2 - 4 anni  
 19.15-20.00 Aquafit®-Sandy  
 20.00-20.45 Aquafit®-Sandy

**MARTEDI**

17.00-17.30\* 6 - 12 mesi  
 17.30-18.00\* 1 - 2 anni  
 18.00-18.45 2 - 4 anni  
 18.45-19.30 Pre nuoto  
 19.30-20.15 Acquagym-Elisabetta  
 20.15-21.00 Acquagym-Elisabetta

**MERCOLEDI**

17.00-17.30\* 1 - 2 anni  
 17.30-18.00\* 0 - 6 mesi

**GIOVEDI**

17.00-17.30\* 0 - 6 mesi  
 17.30-18.00\* 18-36 mesi  
 18.00-19.00 Nuoto  
 18.45-19.30 Acquagym-Elisabetta  
 19.30-20.15 Acquagym-Elisabetta  
 20.15-21.00 Acquagym-Elisabetta

**VENERDI**

16.30-20.30 Nuoto ragazzi e adulti vari livelli

**SABATO**

10.30-11.00\* 6 - 12 mesi  
 11.00-11.30\* 1 - 2 anni  
 11.30-12.00\* 18 - 36 mesi  
 12.00-12.30\* 0 - 6 mesi  
 12.30-13.00\* 6 - 12 mesi  
 13.00-13.30\* 0 - 6 mesi  
 13.30-14.00\* 1 - 2 anni

14.00-17.00 Nuoto ragazzi vari livelli

\*Corsi Sant'Anna info 091/9851385

Croce rossa info 091/6823131

**LUNEDI**

18.00-19.00 Nuoto  
 18.45-19.30 A-stretching-Elisabetta  
 19.30-20.15 A-stretching-Elisabetta

**MERCOLEDI**

18.00-18.30 1 - 2 anni  
 18.30-19.15 2 - 4 anni  
 19.15-19.45 0 - 12 mesi

**GIOVEDI**

18.00-18.45 2 - 4 anni  
 18.45-19.15 0 - 12 mesi  
 19.15-20.15 Nuoto

**VENERDI**

18.00-18.30 0 - 12 mesi  
 18.30-19.00 1 - 2 anni  
 19.00-19.45 2 - 4 anni  
 19.45-20.30 A-stretching-Bianca

**SABATO**

09.00-09.30 0 - 12 mesi  
 09.30-10.15 2 - 4 anni  
 10.15-11.00 18-36 mesi  
 11.00-12.00 Nuoto  
 12.00-12.30 0 - 12 mesi  
 12.30-13.00 1 - 2 anni

**LUNEDI**

17.15-20.15 Nuoto ragazzi e adulti e Mini pallanuoto

**VENERDI**

17.15-19.15 Nuoto e Acquagym

**F/ANDREOTTI-Sementina 32°**

**SABATO**

14.00-17.00 Nuoto ragazzi e Acquagym  
 15.00-15.30 0 - 12 mesi  
 15.30-16.00 1 - 2 anni

**HOTEL KURHAUS-CADEMARIO**

**LUNEDI**

10.15-10.45 1-2 anni (salina)  
 19.00-19.45 Acquagym

**MARTEDI**

09.30-10.00 0-12 mesi (salina)  
 10.00-10.45 A-stretching

**MERCOLEDI**

09.15-09.45 0-12 mesi (salina)  
 13.30-16.30 Nuoto ragazzi vari livelli

**GIOVEDI**

09.15-09.45 1-2 anni (salina)  
 14.00-14.45 Acquazumba

**SABATO**

09.30-11.30 Nuoto ragazzi vari livelli

**PONTE TRESA - 9 lezioni Frs. 225.00 ( tutti i corsi )**  
**GRAVESANO - NOVAGGIO - 9 lezioni Frs. 210.00 ( tutti i corsi )**  
**SEMENTINA 9 lezioni Frs. 180.00 ( tutti i corsi )**  
**BALERNA 9 lezioni Frs. 170.00 ( tutti i corsi )**  
**CADEMARIO 6 lezioni Frs. 185.00 (tutti i corsi)**  
**A/Gravidanza 5 lez. Frs. 150.00 - Massaggio/Bebè 5 lez. Frs. 100.00**

**ANNUALE 1 CICLO A 50%**

**Per info e iscrizioni : tel 091-9952039** **Rimborso casse malati - QUALICERT - Françoise Dully - Bianca Borcini - Sandy Rociola - Francesco Zoni - Elisabetta Sfriso - Désirée Valente**

**ondarte@gmail.com - www.ondarte.ch - p://facebook.com/OndarteSagl - L'assicurazione é di competenza dei partecipanti. Gli orari possono subire delle modifiche**