

ONDARTE Sagl PROGRAMMA 2018/2019

TRESA BAY HOTEL- Ponte Tresa 32°		ARS MEDICA - Gravesano 32°		PROVVIDA MADRE Balerna 32°		CLINICA DI NOVAGGIO 32°	
LUNEDI		MARTEDI		MARTEDI		LUNEDI	
11.15-12.00 Acquantalgica - Francesco		09.15-10.00 18-36 mesi		17.00-17.30* 6 - 12 mesi		17.10-17.55 Nuoto	
12.00-12.45 Acquantalgica - Francesco		10.00-10.30 1-2 anni		17.30-18.00* 1 - 2 anni		17.55-18.55 Nuoto CORSO G+S	
14.45-15.15 0 - 12 mesi		10.45-11.45 Aquafit®-Sandy		18.00-18.45 2 - 4 anni		17.55-18.55 MINI-PALLANUOTO CORSO G+S	
15.15-16.00 Nuoto		11.45-12.30 Aquafit®-Sandy		18.45-19.30 Acquagym-Elisabetta		18.55-19.40 Nuoto	
16.00-16.45 Nuoto		13.00-13.30 0 - 12 mesi		19.30-20.15 Acquagym-Elisabetta			
16.45-17.30 Nuoto		13.30-14.00 1 - 2 anni				VENERDI	
19.45-20.30 Acquagym - Désirée		14.00-14.30 6-12 mesi		MERCOLEDI		17.30-18.15 Nuoto	
20.30-21.15 Acquagym - Désirée		14.30-15.15 2 - 4 anni		17.00-17.30* 1 - 2 anni		18.15-19.00 Nuoto	
MERCOLEDI		19.15-20.00 Aquafit®-Sandy		17.30-18.00* 0 - 6 mesi		F/ANDREOTTI-Sementina 32°	
09.15-09.45 0 - 12 mesi		20.00-20.45 Aquafit®-Sandy		GIOVEDI		GIOVEDI	
09.45-10.30 2 - 4 anni		GIOVEDI		17.00-17.30* 0 - 6 mesi		18.00-18.45 2 - 4 anni	
10.30-11.00 1 - 2 anni		09.15-10.00 2 - 4 anni		17.30-18.00* 18-36 mesi		18.45-19.15 0 - 12 mesi	
12.30-13.00 0 - 6 mesi		10.00-10.30 0 - 12 mesi		17.45-18.45 Nuoto CORSO G+S		19.15-20.00 Nuoto	
13.00-13.45 Nuoto		12.15-13.00 Acquazumba®		18.45-19.30 Acquagym-Elisabetta		20.00-20.30 1 - 2 anni	
13.45-14.45 Nuoto CORSO G+S		13.30-14.15 2 - 4 anni		19.30-20.15 Acquagym-Elisabetta		VENERDI	
14.45-15.30 Nuoto		14.15-14.45 1-2 anni		20.15-21.00 Acquagym-Elisabetta		18.00-18.30 0 - 12 mesi	
19.30-20.30 Watsu-Gravidanza - Françoise		19.30-20.15 Aquafit®-Sandy		VENERDI		18.30-19.00 1 - 2 anni	
VENERDI		SABATO		16.45-17.30 Nuoto		19.00-19.45 2 - 4 anni	
09.00-09.45 Acquagym-Elisabetta		09.15-09.45 1 - 2 anni		17.30-18.15 Nuoto		19.45-20.30 A-stretching-Bianca	
09.45-10.45 Croce rossa-Elisabetta		09.45-10.30 2 - 4 anni		18.15-19.15 Nuoto CORSO G+S		SABATO	
10.45-11.45 Croce rossa-Elisabetta		10.30-11.15 Nuoto		19.15-20.00 Nuoto		09.00-09.30 1 - 2 anni	
		11.15-12.00 Nuoto		SABATO		09.30-10.15 2 - 4 anni	
		12.00-12.45 Nuoto		10.30-11.00* 6 - 12 mesi		10.15-11.00 18-36 mesi	
		12.45-13.30 Nuoto		11.00-11.30* 1 - 2 anni		11.00-11.45 Nuoto	
DOMENICA		11.45-12.15 1 - 2 anni		11.30-12.00* 18 - 36 mesi		11.45-12.15 1 - 2 anni	
09.15-09.45 1 - 2 anni		12.15-13.15 Nuoto CORSO G+S		12.00-12.30* 0 - 6 mesi		12.15-12.45 0 - 12 mesi	
09.45-10.15 0 - 12 mesi		13.15-14.00 Nuoto		12.30-13.00* 6 - 12 mesi		MERCOLEDI	
10.15-11.00 2 - 4 anni		14.00-14.30 0 - 12 mesi		13.00-13.30* 0 - 6 mesi			
11.00-11.45 2 - 4 anni				13.30-14.00* 1 - 2 anni		09.15-09.45 0-12 mesi (salina)	
PONTE TRESA - 9 lezioni Frs. 225.00 (tutti i corsi)		ANNUALE 1 CICLO A 50%		14.00-14.45 Nuoto		13.45-14.30 Nuoto	
GRAVESANO - NOVAGGIO - 9 lezioni Frs. 210.00 (tutti i corsi)				14.45-15.30 Nuoto CORSO G+S		14.30-15.15 Nuoto	
SEMENTINA 9 lezioni Frs. 180.00 (tutti i corsi)				15.45-16.30 Nuoto		15.15-16.00 Nuoto	
BALERNA 9 lezioni Frs. 170.00 (tutti i corsi)				*Corsi Sant'Anna info 091/9851385		GIOVEDI	
CADEMARIO 6 lezioni Frs. 185.00 (tutti i corsi)				Croce rossa info 091/6823131		09.15-09.45 1-2 anni (salina)	
A/Gravidanza 5 lez. Frs. 150.00 - Massaggio/Bebè 5 lez. Frs. 100.00						14.00-14.45 Acquazumba	



in collaborazione con



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 -



tp://facebook.com/OndarteSagl - L'assicurazione é di competenza dei partecipanti. **Gli orari possono subire delle modifiche**