Piscina

Nuoto libero

Lunedì	8:00-16:30	18:00-20:30
Martedì	7:30-16:30	18:00-20:30
Mercoledì	8:00-16:30	18:00-20:30
Giovedì	7:30-16:30	18:00-20:30
Venerdì	8:00-16:30	18:00-20:30
Sabato	7:30-12:00	

Hydrobike

Lunedì	12:15		
Martedì	8:15	13:00	18:00
Mercoledì	9:00		
Giovedì	8:15	13:00	
Venerdì			18:00
Sabato	12:10		

Acquagym

Lunedì	10:00	13:00	18:00	19:30
Martedì				18:45
Mercoledì	10:00	13:00	18:00	
Giovedì			18:00	19:30
Venerdì	9:00 10:00	13:00		18:45

Corso Nuoto Adulti

Lunedì	9:00		18:45
Martedì	10:00	14:00	
Mercoledì		11:00	18:45
Giovedì	9:00		
Venerdì		11:00	

Corso Nuoto Bambini/Ragazzi

Lu-Ma-Me-Gio-Ve		16:30		17:15
Sabato	9:00	9:45	10:30	11:15

Quadrifogli

palestra | sauna | piscina

Prenotazione obbligatoria per tutte le attività tramite il sito www.quadrifogli.it

Palestra

Total Body

Lunedi		18:15
Martedì	11:00	
Mercoledì		18:15
Giovedì	11:00	18:45

Sala Attrezzi

Lun | Merc | Ven	8:00 - 20:30
Mart | Gio	7:30 – 20:30
Sabato	7:30 - 12:00

Riabilitazione Motoria e Posturale

Un personal trainer ti seguirà in piscina o in palestra in modo personale

Sauna

Solo su prenotazione telefonica obbligatoria

Martedì e Giovedì (anche la mattina su prenotazione)	17.00	20.30
Sabato	8.00	12.00

ALTRE ATTIVITA':
Lezioni individuali
Recupero Funzionale
Osteopatia e Riabilitazione

2026

Gli orari delle attività potrebbero subire variazioni.

Tenere controllato il portale delle prenotazioni o chiedere in segreteria.

DURATA del nuoto libero e dei corsi: 45'

Via Zadei 53 – Brescia
Telefono 030 396165
WhatsApp 350 0079151