

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00	ACQUADOLCE	POSTURALE		ACQUADOLCE		TRIATHLON SOSPESO
09:45	CIRCUIT	BIKE	WALKING	CIRCUIT		
10:30			POSTURALE			
13:15						
15:45	TRIATHLON				WALKING	
17:20						
17:30		CIRCUIT		BIKE		
18:15		WALKING	GAG	WALKING	BIKE	
18:45	DRENAGYM					
19:00		ACQUAGYM	BIKE	ACQUAGYM		
19:30	BIKE					
19:45		ACQUAPOLE	ACQUAGYM			

Le Attività Fitness sono su PRENOTAZIONE

**SCUOLA NUOTO ragazzi**

LUNEDÌ e GIOVEDÌ ..... 17:20 - 18:10  
 MARTEDÌ e VENERDÌ ..... 17:20 - 18:10  
 MERCOLEDÌ ..... 17:20 - 18:10  
 SABATO ..... 09:05 - 09:50 - 10:40 - 15:50 - 16:35 - 17:20

**SCUOLA NUOTO adulti**

LUNEDÌ e GIOVEDÌ ..... 19:40  
 MARTEDÌ e GIOVEDÌ ..... 09:00

**FISIOTERAPIA**

SU APPUNTAMENTO

**ALD**

LUNEDÌ e GIOVEDÌ ..... 17:20 - 18:10  
 MARTEDÌ e VENERDÌ ..... 17:20 - 18:10  
 MERCOLEDÌ ..... 16:30 - 17:20 - 18:10  
 SABATO MATTINA ..... 09:05 - 09:50 - 10:40  
 SABATO POMERIGGIO ..... 15:50 - 16:35 - 17:20

**AQUABABY**

SABATO ..... 09:10 - 09:50 - 10:40 - 11:30

**PREPARTO**

SABATO ..... 10:45



**ORARI ALLENAMENTI AGONISTI**

**NEO PROPAGANDA**

MARTEDÌ e VENERDÌ ..... 17:20

**PROPAGANDA**

LUNEDÌ e GIOVEDÌ ..... 18:10

**ESORDIENTI - A1, A2, B1 e B2\***

LUNEDÌ, MERCOLEDÌ e VENERDÌ ..... 17:30  
 SABATO\* ..... 14:30

**ASSOLUTI**

dal LUNEDÌ al SABATO ..... 14:30

**MASTER**

LUNEDÌ, MERCOLEDÌ e VENERDÌ ..... 19:30  
 \*per gli Esordienti B1 e B2 la lezione del Sabato è facoltativa

**ATLANTIS HOLISTIC CENTER**



PER MAGGIORI INFORMAZIONI RIGUARDO I CORSI DEL CENTRO OLISTICO E I MASSAGGI, LA RECEPTION È A TUA DISPOSIZIONE.



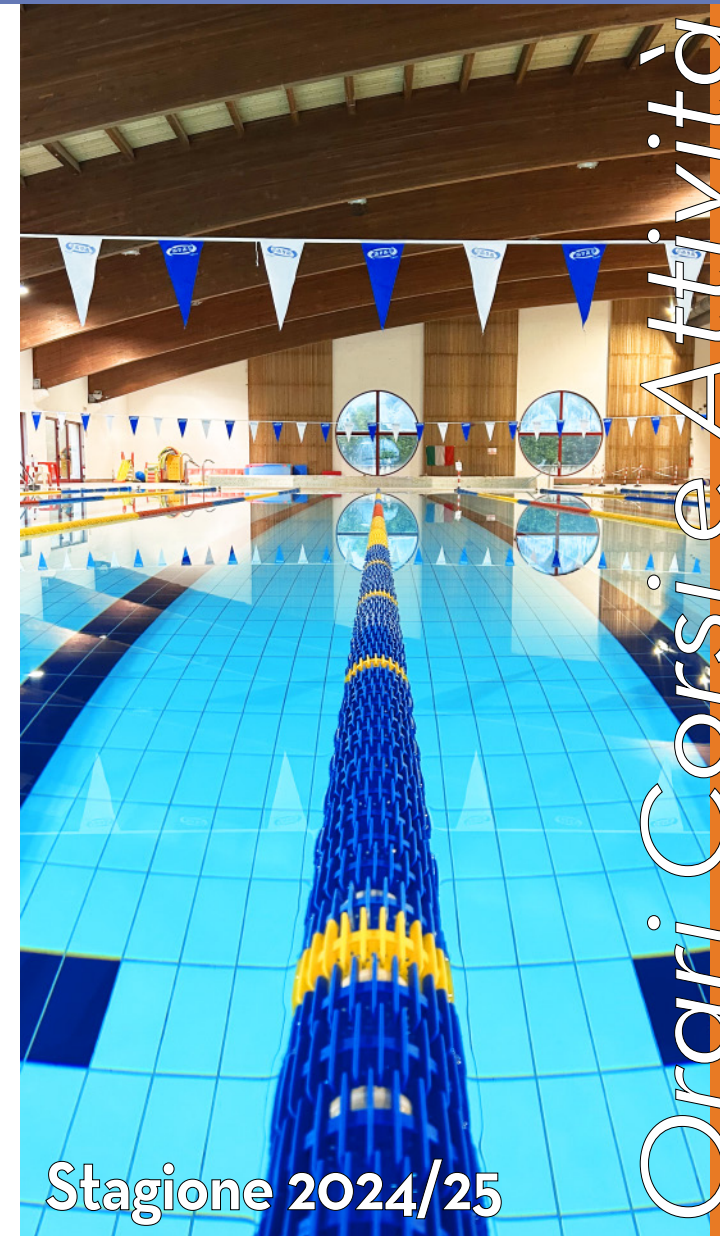
## ORARI APERTURA

da LUNEDÌ a VENERDÌ ..... 8:30 - 21:00  
 SABATO ..... 9:00 - 20:00  
 DOMENICA ..... CHIUSO



Società Nuoto Gemonese S.S.D. a R.L.  
 Via Velden n.29  
 33013 Gemona del Friuli (UD)  
 Tel 0432.981196  
[www.atlantisacquacenter.com](http://www.atlantisacquacenter.com)  
[info@societanuotogemonese.it](mailto:info@societanuotogemonese.it)

Affiliata CSEN 52577 / FIN 873304 / UISP G041012



Stagione 2024/25

Orari Corsi e Attività

