

| | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ | SABATO |
|-------|------------|-----------|-----------|------------|---------|-----------|
| 09:00 | ACQUADOLCE | POSTURALE | | ACQUADOLCE | | TRIATHLON |
| 09:45 | CIRCUIT | BIKE | WALKING | CIRCUIT | | |
| 10:30 | | | POSTURALE | | | |
| 13:15 | | | | | | |
| 15:45 | | | | | 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 10:30



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



ATLANTIS
 HOLISTIC CENTER

MIND · BODY · SOUL · SPIRIT

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



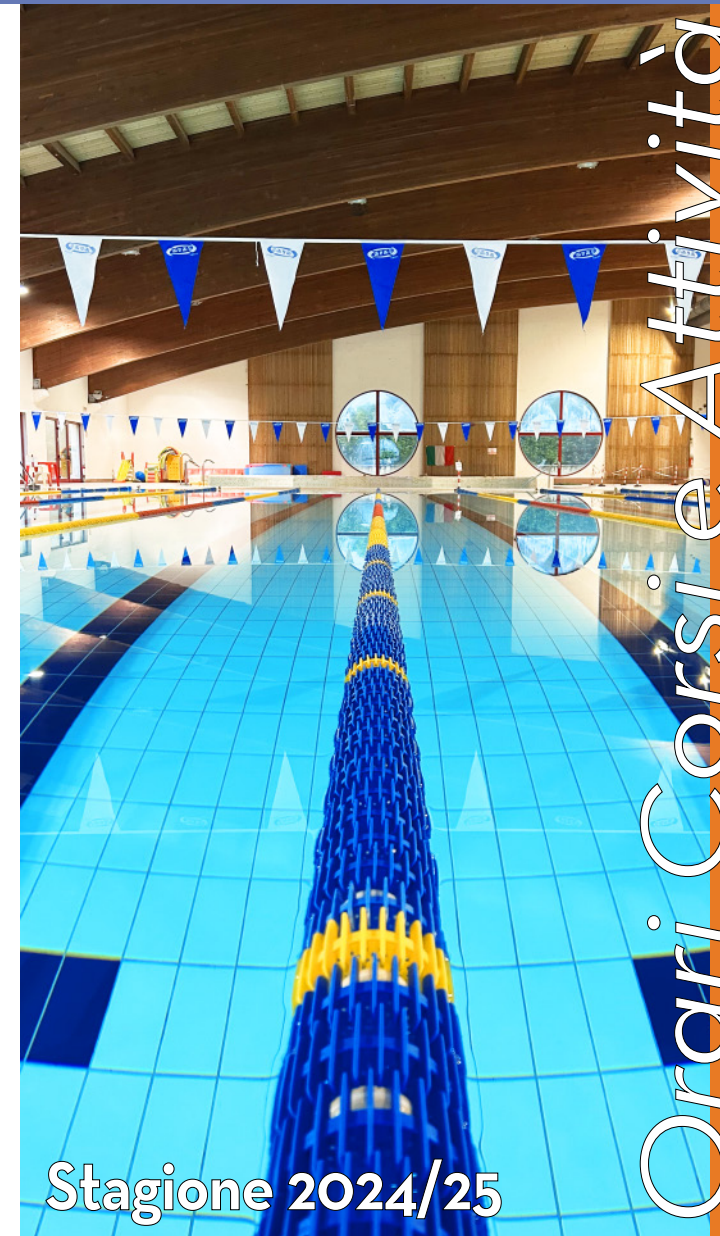
ORARI APERTURA

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
info@societanuotogemonese.it

Affiliata CSEN 52577 / FIN 873304 / UISP G041012



Stagione 2024/25

Orari Corsi e Attività

