



AREA
FITNESS

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9.00		GIN. ANTALGICA		GIN. ANTALGICA		
10.00	TONIFICAZIONE		TONIFICAZIONE		TONIFICAZIONE	
11.00	PILATES	BRUCIA GRASSI				11:30 PREPARTO
12.00						
13.30						
14.30				PILATES		
15.30		POSTURAL GYM		POSTURAL GYM		CAMALEONTE
16.30				TONIFICAZIONE		POWER YOGA
16.45						
17.30	AEROTONE	REGGAETONE	TONO	ZUMBA	PILATES	
18.30	PILATES	ZUMBA	PILATES		BRUCIA GRASSI	
19.30	POWER PUMP	NEW ore 19:00 BOOT CAMP	BRUCIA GRASSI	CALISTHENICS *AUTODIFESA	NEW ore 19:00 OUTDOOR TRAINING	

SALA PICCOLA **SALA GRANDE** * AUTODIFESA fino al 20 luglio



piscine coperte
palestre fitness
e macchine
area benessere,
saune e massaggi
pro-shop
solarium

Via Cividina, 54
33010 Magnano in Riviera
Udine
Tel 0432 783 824
info@aquarius.it
www.aquarius.it

Partner:



INFO **AQUARIUS**

MAGNANO IN RIVIERA



AREA
PISCINE
FITNESS

- ORARI
- ATTIVITÀ
- CORSI



luglio 2017



AREA
PISCINE

ORARI APERTURA PISCINE & PALESTRA

LUNEDÌ > VENERDÌ		09.00 - 22.00
SABATO		09.00 - 20.00
DOMENICA	Piscina	10.00 - 20.00
	Palestra	10.00 - 12.30 / 15.00 - 19.30

ACQUASCIVOLO

LUNEDÌ > VENERDÌ		16.30 - 19.30
SABATO e DOMENICA		10.30 - 12.30 / 14.30 - 19.30

ORARI APERTURA CENTRO BENESSERE

LUNEDÌ / GIOVEDÌ / VENERDÌ		10.00 - 22.00
MARTEDÌ solo donne		10.00 - 16.45
MARTEDÌ utenza mista		16.45 - 22.00
MERCOLEDÌ		15.00 - 22.00
SABATO e DOMENICA		10.00 - 20.00

SCUOLA NUOTO RAGAZZI / ALD / ACQUABABY

LUNEDÌ > VENERDÌ		15.55 - 16.40 - 17.25 - 18.10
SABATO	BABY	09.00 - 11.00
	ALD	11.00 - 11.45
	SNR	15.55 - 16.40 - 17.25 - 18.10

SCUOLA NUOTO ADULTI

LUNEDÌ e MERCOLEDÌ		09.00 - 13.10 - 19.50 - 20.40
MARTEDÌ e GIOVEDÌ		19.50 - 20.40
VENERDÌ		19.50

SQUADRE NUOTO AGONISTICO

PROPAGANDA	MERCOLEDÌ e VENERDÌ	18.10
ESORDIENTI A	LUNEDÌ > VENERDÌ	17.30
ESORDIENTI B	LUNEDÌ/MERCOLEDÌ/VENERDÌ	18.00
MASTER over 20	MARTEDÌ e GIOVEDÌ	19.30
ASSOLUTI	MARTEDÌ/GIOVEDÌ	19.30
	LUNEDÌ/MERCOLEDÌ/VENERDÌ	20.00



ACQUABIKE - ACQUAWALKING (su prenotazione)

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9.00					AW	
10.00		AW		AW	9.45 AW	
10.45			AW			
12.00		AW				
13.00	AW		AB		AW	
13.45	AB		AW			
17.30				AW		
18.10						
19.00		AB	AW	AB	AB/AW	
19.45		AW	AB/AW			

ACQUAGYM (* acqua bassa)

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9.00	DOLCE*	GYM*	DOLCE*	GYM		
10.00	GYM		GYM			
11.30						
12.45						
13.45					GYM	
15.55	GYM		GYM			
17.00		POWER GYM				
18.15		GYM		GYM		
19.00	CIRCUIT*					
19.45						

RIEDUCAZIONE FUNZIONALE IN ACQUA

MARTEDÌ/MERCOLEDÌ/GIOVEDÌ	14.30 - 19.00
---------------------------	---------------

PREPARTO

SABATO palestra/piscina	11.00 - 13.00
-------------------------	---------------