



AREA
FITNESS

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9.00				ANTALGICA		
10.00	TONIFICAZIONE					
11.00						
12.00						
13.30						
14.30						
15.30				POSTURAL GYM		
16.30		TONIFICAZIONE		TONIFICAZIONE		
17.30	17:00 AEROTONE		FANTASY		17:00 STRETCH TONE AVANZATO	
18.30	18:00 STRETCH TONE	SUPER FUNCTIONAL	STRETCH TONE		18:00 BRUCIA GRASSI	
19.30	CALISTHENICS	BOOTCAMP		CALISTHENICS	OUTDOOR TRAINING	

SALA PICCOLA SALA GRANDE OUTDOOR



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



INFO **AQUARIUS**

MAGNANO IN RIVIERA



AREA
**PISCINE &
FITNESS**

— ORARI
— ATTIVITÀ
— CORSI



AGOSTO 2018



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	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	16.40
ESORDIENTI A	LUN 16.00 - MAR/GIOV 17.25 - SAB	14.00
ESORDIENTI B	LUNEDÌ/MERCOLEDÌ/VENERDÌ	17.25
MASTER over 20	MARTEDÌ e GIOVEDÌ	19.30
ASSOLUTI	LUNEDÌ / MERCOLEDÌ	16.00
	MARTEDÌ / GIOVEDÌ	17.25
	VENERDÌ 15.00	SABATO 14.00



**ACQUABIKE - ACQUAWALKING
ACQUASPRINT - ACQUATRaining** (su prenotazione)

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

ACQUAGYM (* acqua bassa)

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9.00	DOLCE*		DOLCE*			
10.00	GYM		GYM			
11.30						
12.45						
13.45					SUMMER GYM all'aperto	
15.55	GYM		GYM			
18.15		GYM		GYM		
19.00	CIRCUIT*					
19.45						

RIEDUCAZIONE FUNZIONALE IN ACQUA

MARTEDÌ	14.30 - 18.15
GIOVEDÌ	9.00 - 12.00 e 14.30 - 18.15

PREPARTO

SABATO palestra/piscina	11.00 - 13.00	(torna a settembre)
-------------------------	---------------	---------------------