



**TERAPIE STRUMENTALI**

**TERAPIE MANUALI**

**RIEDUCAZIONE MOTORIA**



**PORDENONE** PALESTRA – PISCINA AMBULATORI  
Via Turati 2 Tel. 0434 363993

**CORDENONS** PISCINE WATER AGE IDROKINESITERAPIA  
Via Nogaredo 80 Tel. 0434 542283

**CORDENONS** MEDICAL CARE  
Via Nogaredo 78 Tel. 0434.312655

[www.gymnasiumpiscine.it](http://www.gymnasiumpiscine.it)  
[centro@gymnasiumpiscine.it](mailto:centro@gymnasiumpiscine.it)



**PORDENONE**  
Via Turati 2  
0434 364150



**CORDENONS**  
Via Nogaredo 80  
0434 542283



**AVIANO**  
Via E. di Colloredo  
0434 661211



**MOTTA DI LIVENZA**  
Via C. Cattaneo, 1  
0422 860885

con il sostegno di



**CORDENONS**

**PROGRAMMA ATTIVITÀ 2022-23**

**Gymnasium**  
BENVENUTI NELL'ERA DELL'ACQUA

GYMNASIUM WATER AGE - VIA NOGAREDO 80, CORDENONS  
TELEFONO **0434 542283**  
[cordenons@gymnasiumpiscine.it](mailto:cordenons@gymnasiumpiscine.it)

[WWW.GYMNASIUMPISCINE.IT](http://WWW.GYMNASIUMPISCINE.IT)





## CICLO DIDATTICO 2022/23

### ACQUA DOLCE

LUNEDÌ - GIOVEDÌ	MARTEDÌ - VENERDÌ
08.50	08.30
09.40	09.20
15.25	10.10
16.15	

Lezione di 45 minuti



### ACQUA FITNESS

LUNEDÌ - GIOVEDÌ
08.00 - 13.00 Advanced
13.50 Allenamento funzionale
19.15

Lezione di 45 minuti



➤ *Gli orari riportati indicano l'inizio della lezione  
Gli orari di inizio delle lezioni potrebbero subire leggere modifiche per ragioni organizzative.*

➤➤ *È obbligatorio il certificato medico per le attività di Acquagym e Acquadolce*

## CICLI DIDATTICI 2022/23



### ACQUATICITÀ BABY

TURNO: MERCOLEDÌ	
15.20	mesi 5-12
15.50	mesi 12-18
16.20	mesi 18-36
16.50	anni 3-4
17.20*	ACQUA BIRBA PER BIMBI ACQUATICI SOLO CON L'ISTRUTTORE

Lezione di 30 minuti

\* Lezione Acqua Birba è di 40 minuti

TURNO: SABATO	
9.00*	ACQUA BIRBA PER BIMBI ACQUATICI SOLO CON L'ISTRUTTORE
9.40*	ACQUA BIRBA PER BIMBI ACQUATICI SOLO CON L'ISTRUTTORE
10.20	mesi 5-12
10.50	mesi 12-18
11.20	mesi 18-36
11.50	anni 3-4

Lezione di 30 minuti

\* Lezione Acqua Birba è di 40 minuti

La temperatura dell'acqua della piscina in cui si svolgono le attività è di **32°C**

## NOVITÀ CICLI DIDATTICI 2022/23



### SCUOLA NUOTO BAMBINI

MARTEDÌ - VENERDÌ
16.20 - 17.10

Lezione di 50 minuti

➤ *Dedicato ai bambini dai 4 ai 5 anni che hanno già avuto esperienze di aquaticità con l'istruttore*



### LEZIONI DI NUOTO INDIVIDUALI SU RICHIESTA PER PERSONE CON:

- fobia dell'acqua
- difficoltà di ambientamento in acqua e in piscina
- disabilità intellettivo/relazionali

## DAL 12 GIUGNO 2023 CORSI ESTIVI E PUNTO GYM!

IL CENTRO ESTIVO GYMNASIUM PER BIMBI E RAGAZZI



PUNTO GYM