



TERAPIE STRUMENTALI

TERAPIE MANUALI

RIEDUCAZIONE MOTORIA



PORDENONE

Via Turati 2 Tel. 0434 363993

CORDENONS

Via Nogaredo 80 Tel. 0434 542283

fisio@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



PROGRAMMA ATTIVITÀ

CORDENONS

CICLI DIDATTICI 2017/18



Gymnasium
BENVENUTI NELL'ERA DELL'ACQUA

GYMNASIUM WATER AGE - VIA NOGAREDO 80, CORDENONS

TELEFONO 0434 542283

info@gymnasiumpiscine.it

WWW.GYMNASIUMPISCINE.IT

ACQUA DOLCE

LUNEDÌ E GIOVEDÌ

09.30

10.30

15.00

16.40

MARTEDÌ E VENERDÌ

08.20

09.20

10.20

11.10

16.50

Lezione di 50 minuti



ACQUATICITÀ BABY

TURNO: MERCOLEDÌ

9.30 mesi 5-12

10.00 mesi 12-18

10.30 mesi 18-36

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

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



ACQUA GYM

LUNEDÌ E GIOVEDÌ

07.30

08.30

13.00

14.00

18.10

19.10

MARTEDÌ E VENERDÌ

13.20

Lezione di 50 minuti

AVVIAMENTO AL NUOTO



Attività generalmente indicata per persone che hanno **completato il percorso di riabilitazione in acqua** e che hanno **poca confidenza con l'ambiente acquatico**. Unisce esercizi di impostazione della nuotata e della respirazione a esercizi di mobilità e allungamento.

Il lavoro è **personalizzato** e viene svolto in **gruppi di 4-5 persone**.

L'attività si svolge **2 volte alla settimana** con la possibilità anche di una sola seduta settimanale.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI

CHIEDI IN SEGRETERIA

TEL. 0434 542283



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