



**DAL 9 GIUGNO 2025
CORSI ESTIVI E PUNTO GYM!**

PUNTO GYM

**IL CENTRO ESTIVO GYMNASIUM
PER BIMBI E RAGAZZI**

**LEZIONI DI NUOTO
INDIVIDUALI
PER PERSONE CON:**

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

con il sostegno di



IO SONO FRIULI VENEZIA GIULIA

FITNESS GYM



**ACQUAGYM
ADVANCED LEVEL**

LUN-GIO	20.00
---------	-------

ACQUA GAG

MERCOLEDÌ	18.45
SABATO	09.00

ACQUAGYM

LUN-GIO			18.30
MAR-VEN	12.15	13.00	
MERC			18.00
SABATO	10.00		

ACQUA HIIT

LUN-GIO	19.15
---------	-------

ACQUA TRAINING

MAR-VEN	18.35	19.20	20.05
MARTEDÌ	ACQUACIRCUIT		
VENERDÌ	ACQUABIKE		



**PROGRAMMA ATTIVITÀ
AVIANO**

CICLI DIDATTICI 2024/25



Gymnasium
BENVENUTI NELL'ERA DELL'ACQUA

PISCINA COMUNALE - VIA E. COLLOREDO 2, AVIANO

TEL-FAX 0434 661211

aviano@gymnasiumpiscine.it

WWW.GYMNASIUMPISCINE.IT



ACQUA YOYO

acquaticità per bimbi di 3-4 anni

30' Lezione



SAB	09.30	10.00	10.30
MAR-VEN		16.20	

SCUOLA DEL NUOTO

bambini / ragazzi

50' Lezione



Scuola nuoto in inglese

MAR-VEN 15.00 15.50

LUN-GIO	16.00	16.50	17.40
MAR-VEN		16.50	17.40
MER		16.50	17.40
SABATO		10.00	11.00

SCUOLA NUOTO ADULTI

50' Lezione



LUN-GIO	10.00	20.00	
MAR-VEN	08.30	19.40	20.30
MERCOLEDÌ		19.00	

NUOTO IN GRAVIDANZA

50' Lezione



LUN-GIO 9.00

ACQUA DOLCE

45' Lezione



LUN-GIO	08.00	
MAR-VEN	08.15	09.00

GRUPPO SPORTIVO AGONISTICO

-> Ragazzi/Junior/Assoluti

M (2009-2010-2011 / 2008-2007 / 2006 e prec.)

F (2011-12 / 2009-2010 / 2008 e prec.)

LUN-GIO	17.40	18.40
---------	-------	-------

-> Propaganda/EsoB/Eso A

M (2016-17 / 2014-2015 / 2012-2013)

F (2017-18 / 2015-2016 / 2013-2014)

MAR-VEN	16.40	17.40
---------	-------	-------

MERMAIDING

(nuotare con la coda da sirena)

60' Lezione



MAR-VEN 18.40

APNEA TRIATHLON



NUOTO LIBERO

ORARI NUOTO LIBERO

Dal 10 settembre 2024 al 27 maggio 2025

LUNEDÌ	06.00-08.00*	10.00-13.30	18.30-20.00
MARTEDÌ		10.00-13.30	18.30-20.00
MERCOLEDÌ	06.00-08.00*	10.00-13.30	17.00-20.00
GIOVEDÌ		10.00-13.30	18.30-20.00
VENERDÌ	06.00-08.00*	10.00-13.30	18.30-20.00
SABATO		09.00 - 13.00	
DOMENICA		09.30 - 12.30	

* solo per abbonati



Dai 7 anni è obbligatorio il certificato medico

