



PERGOLESÌ
PISCINE & BENESSERE

Un'estate di
SPORT
& BENESSERE
in città

Stagione estiva 2018

dall' 11 giugno al 2 settembre

Orari della piscina



Balneazione estiva e nuoto libero

Dal lunedì al venerdì 6.30/19.00 (apertura alle ore 7 per le vasche 2 e 3)

Sabato, domenica e festivi* 9.00/19.00

** al sabato dalle ore 14.00 alle ore 19.00 e alla domenica dalle ore 9.00 alle ore 13.00 non sono garantite corsie per il nuoto libero*

Nuoto serale in corsia

Giugno e luglio

Lunedì	19.00/22.00
Martedì	20.30/22.00
Mercoledì	19.00/22.00
Giovedì	20.30/22.00
Venerdì	20.00/22.00



Agosto

Lunedì	19.00/22.00
Martedì	19.45/22.00
Mercoledì	19.00/22.00
Giovedì	19.45/22.00
Venerdì	19.00/22.00



Happy Family IN VASCA CON MAMMA E PAPÀ

**Tutte le domeniche mattina
e nei giorni festivi
dalle 9 alle 13**



Novità & eventi



Novità

- ★ Lezioni di twis bar e palo con doppio istruttore
- ★ La settimana di Ferragosto lezioni fitness a sorpresa!

Il martedì in Pergolesi dalle 19.15 alle 20.15

UNA LEZIONE A SORPRESA NEL PARCO, chiedi informazioni in cassa

Eventi fitness gratuiti

Venerdì 15 giugno, 6 luglio e 3 agosto alle ore 19, in vasca 1

Eventi benessere

- ★ **RISVEGLIO PILATES** al sabato mattina (gratuito)
- ★ **PILATES NEL PARCO AL TRAMONTO** il giovedì sera
- ★ **TRATTAMENTI BENESSERE** un programma di sabati a tema, con un trattamento benessere diverso ogni volta. Su prenotazione (gratuito)



Opportunità per te

- ★ **Summer Card:** se hai sottoscritto un abbonamento durante la stagione invernale hai diritto ad una tessera sconti per tutta l'estate!
- ★ Puoi abbinare il **Corso Nuoto Ragazzi 6-10 anni** al centro estivo (corso intensivo dal lunedì al giovedì)

Relax, sport & fun



con noi, l'estate che desideri...

- ★ **Corsi di Nuoto e Fitness**
- ★ **Centri estivi per i bambini**
- ★ **Trattamenti per il tuo Benessere**
- ★ **Compleanno in piscina il sabato pomeriggio**
- ★ **Happy Family genitori e bimbi in vasca per giocare insieme**



... nella spazio che vuoi

- ★ **Vasca 1** da 25 metri e 27,5° riservata al nuoto libero
- ★ **Vasca 2** da 20 metri e 28,5° per acquaticità e fitness
- ★ **Vasca 3** da 8 metri e 32,5° per attività di rieducazione
- ★ **Spogliatoi** con zona dedicata ai genitori con bimbi
- ★ **Accessi alle vasche** con sollevatore per le persone con disabilità
- ★ **Parco estivo** dove prendere il sole e rilassarti
- ★ **Bar estivo** per colazioni, pranzi e aperitivi



Estate in Appennino

Lo Staff Pergolesi gestisce anche la **Piscina di Serramazzone**, aperta per la stagione estiva da giugno a settembre con centri estivi, bar e balneazione estiva, vasca grande e vasca per bambini, idromassaggio.

Piscina Comunale di Serramazzone

Via Dorando Pietri n. 191 per info: 370 3148869



Centro estivo Acqualand

Organizzato presso le Piscine Pergolesi, in collaborazione con Csi Modena. Tante **divertenti attività ludico ricreative, laboratori e tutto il mondo dell'acqua** grazie alla collaborazione con lo **staff di Sweet Team**, che garantisce una preparazione specifica nel nuoto, nuoto pinnato e sincronizzato.



A chi è rivolta

Bambini e ragazzi fra i 5 e 13 anni, suddivisi in gruppi in base all'età



Chi si prende cura dei ragazzi

Istruttori qualificati Fin, Fipsas, Csi e operatori qualificati di Pergolesi Sport



Turni settimanali dal lunedì al venerdì

☀️ **Dall'11 giugno al 10 agosto 2018** ☀️ **Dal 20 agosto al 31 agosto 2018**

Accoglienza ragazzi dalle ore 7.30 e prolungamento orario fino alle ore 18.



Prezzi

FORMULA SLIM (senza pranzo, merenda inclusa)

FORMULA MEDIUM (con pranzo + 2 merende)

FORMULA FULL (attivabile con almeno 4 iscritti)

☀️ Sconto fratelli ☀️ Più settimane fai meno spendi



Info e iscrizioni

info@piscinepergolesi.net





infa

Chiama il numero 059 373337 oppure scrivi a benessere@piscinepergolesi.net

ORARI DELLE ATTIVITÀ DI GIUGNO, LUGLIO E AGOSTO

LUNEDÌ

VASCA 1

ORARI	ATTIVITÀ
19.00-19.45	NUOTO ADATTATO
19.45-20.30	NUOTO ANTALGICO

VASCA 2

ORARI	ATTIVITÀ
17.00-17.45	NUOTO ADATTATO

PALESTRA

ORARI	ATTIVITÀ
18.00-19.00	GINN. POSTURALE PROPRIOCETTIVA

MARTEDÌ

VASCA 1

ORARI	ATTIVITÀ
19.00-19.45	NUOTO ANTALGICO

VASCA 3

ORARI	ATTIVITÀ
8.30-9.15	ATTIVITÀ FISICA ADATTATA
9.15-10.00	ATTIVITÀ FISICA ADATTATA
19.00-20.00	FIBROMIANTALGICA
19.45-20.30	ACQUAPILATES

PALESTRA

ORARI	ATTIVITÀ
19.45-20.45	PILATES

MERCOLEDÌ

VASCA 1

ORARI	ATTIVITÀ
8.00-8.45	NUOTO ANTALGICO
19.00-19.45	NUOTO ADATTATO
19.45-20.30	NUOTO ANTALGICO

VASCA 2

ORARI	ATTIVITÀ
17.00-17.45	NUOVO ADATTATO

PALESTRA

ORARI	ATTIVITÀ
9.00-10.00	GYMRELAX
13.00-14.00	ACQUAMATWORK
18.00-19.00	GINN. POSTURALE PROPRIOCETTIVA

GIOVEDÌ

VASCA 1

ORARI	ATTIVITÀ
19.00-19.45	NUOTO ANTALGICO

VASCA 3

ORARI	ATTIVITÀ
8.30-9.15	ATTIVITÀ FISICA ADATTATA
9.15-10.00	ATTIVITÀ FISICA ADATTATA
19.00-20.00	FIBROMIANTALGICA
19.45-20.30	ACQUAPILATES

PALESTRA

ORARI	ATTIVITÀ
19.45-20.45	PILATES

VENEDÌ

VASCA 1

ORARI	ATTIVITÀ
8.00-8.45	NUOTO ANTALGICO

PALESTRA

ORARI	ATTIVITÀ
9.00-10.00	GYMRELAX

TRATTAMENTI PRESSO LO STUDIO BENESSERE

- ✿ *Valutazione e trattamento posturale*
- ✿ *Massaggio olistico*
- ✿ *Riflessologia plantare*

NOVITÀ ESTATE 2018

✿ *Risveglio con pilates (gratuito)* tutti i sabati mattina alle ore 9.30

✿ *Pilates nel parco al tramonto*

tutti i giovedì sera a soli 3€ a lezione (solo luglio e agosto)

✿ *I sabato del benessere*

Nel mese di giugno, tutti i sabato a disposizione dalle 9 alle 13 un operatore specializzato per trattamenti gratuiti (30 minuti)

- 9 giugno - Osteopatia
- 16 giugno - Riflessologia Plantare
- 23 giugno - Massaggio Olistico
- 30 giugno - Posturologia

**VALIDE ANCHE IN ESTATE LE NOSTRE
CONVENZIONI CON I CENTRI RIABILITATIVI!**

**PROGRAMMI
POSTURALI E
ANTALGICI
ANCHE
IN ESTATE!!!**



GIUGNO *da lunedì 11 a sabato 30*

FITNESS

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	ACIRCUIT	2
12.30-13.15	AENERGY	2
13.15-14.00	ASTEPE	2
14.00-14.45	ATONIC	2
14.45-15.30	AGYM	2
18.30-19.15	ATRAINING	2
19.00-20.00	IN&OUT (PAL+ACQUA)	2
19.20-20.05	IDROBIKE	2
20.10-20.55	AGYM	2
21.00-21.45	ATONIC	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
9.30-10.15	ARELAX	2
12.15-13.00	AGAG	2
13.00-13.45	ATONIC	2
13.45-14.30	ATRAINING	2
14.30-15.15	AGYM	2
15.15-16.00	AGYM	2
17.30-18.15	AGYM	2
18.15-19.00	ACIRCUIT	2
19.05-19.50	TONIC&BIKE	2
20.00-20.45	AENERGY	2
20.45-21.30	ACIRCUIT	2

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	AGYM	2
12.30-13.15	GYMJUMP	2
13.15-14.00	ATRAINING	2
14.00-14.45	ACIRCUIT	2
14.45-15.30	AGYM	2
18.30-19.15	ATONIC	2
19.20-20.20	SUPERFITNESS	2
20.25-21.10	AGAG	2
21.10-21.55	TFC	2

NUOTO RAGAZZI

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.15-17.00	NR 6-10	2
17.00-17.45	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.45-18.30	NR 6-10	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
19.00-19.45	NR 6-13 TT I LIVELLI	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.15-17.00	NR 6-10	2
17.00-17.45	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.45-18.30	NR 6-10	2

NUOTO ADULTI

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1
19.45-20.30	NA TUTTI I LIVELLI + NUOTO GUIDATO	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	1

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1
19.45-20.30	NA TUTTI I LIVELLI + NUOTO GUIDATO	1

ACQUATICITÀ 0-36 MESI E 3-5 ANNI + GESTANTI ACQUA E PALESTRA

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.00-16.35	0-36 MESI	3
16.15-16.55	3-5 ANNI	2
16.40-17.20	3 ANNI	3
17.30-18.15	ACQUA MAMMA	3
17.45-18.25	3-5 ANNI	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3
11.00-12.00	POST PARTO CON NEONATO	P
19.00-19.45	GESTANTI	P
19.45-20.30	NUOTO MAMMA	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.20-10.55	13-16 MESI	3
11.00-11.35	0-12 MESI	3
16.15-16.55	3-5 ANNI	2
17.45-18.25	3-5 ANNI	2

NUOTO, FITNESS, ACQUATICITÀ E GESTANTI

GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
9.30-10.15	ARELAX	2
12.15-13.00	AGYM	2
13.00-13.45	AENERGY	2
13.45-14.30	AGAG	2
14.30-15.15	ATONIC	2
15.15-16.00	AGYM	2
17.30-18.15	ATONIC	2
18.15-19.00	AENERGY	2
19.05-19.50	STEP&BIKE	2
20.00-20.45	AGYM	2
20.45-21.30	ATONIC	2

VENERDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
11.00-11.45	AGYM	2
12.00-12.45	AGYM	2
12.45-13.30	ATONIC	2
13.30-14.15	ACIRCUIT	2
14.15-15.00	AGAG	2
17.30-18.15	AGYM	2
18.15-19.00	AGYM	2
19.00-19.45	ATONIC	2
19.45-20.30	AENERGY	2

SABATO

ORARI	ATTIVITÀ	V
11.30-12.15	AGYM	2
12.15-13.00	AENERGY	2

GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10	2
19.00-19.45	NR 6-13 TT I LIVELLI	1

VENERDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	1

Evento fitness
GRATUITO
VENERDÌ 15 GIUGNO
ORE 19
VASCA 1

Domeniche di fitness

Tutte le domeniche di giugno, dalle 11.30 alle 12 in vasca 1, una lezione gratuita per chi è già all'interno dell'impianto

GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3
19.45-20.30	NUOTO MAMMA	1
19.00-19.45	GESTANTI	P

VENERDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
15.45-16.30	ACQUA MAMMA	3

SABATO

ORARI	ATTIVITÀ	V
9.30-10.05	0-12 MESI	3
10.10-10.45	13-24 MESI	3
10.30-11.10	3-5 ANNI	2
10.50-11.25	25-36 MESI	3
11.30-12.10	3 ANNI + GEN.	3
12.15-13.00	ACQUA MAMMA	3

LUGLIO *da domenica 1 a martedì 31*

FITNESS

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	ACIRCUIT	2
12.30-13.15	AENERGY	2
13.15-14.00	ASTEPE	2
14.00-14.45	ATONIC	2
14.45-15.30	AGYM	2
18.30-19.15	ATRAINING	2
19.00-20.00	IN&OUT (PAL+ACQUA)	2
19.20-20.05	IDROBIKE	2
20.10-20.55	AGYM	2
21.00-21.45	ATONIC	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
9.30-10.15	ARELAX	2
12.15-13.00	AGAG	2
13.00-13.45	ATONIC	2
13.45-14.30	ATRAINING	2
14.30-15.15	AGYM	2
15.15-16.00	AGYM	2
17.30-18.15	AGYM	2
18.15-19.00	ACIRUIT	2
19.05-19.50	TONIC&BIKE	2
20.00-20.45	AENERGY	2
20.45-21.30	ACIRCUIT	2

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	AGYM	2
12.30-13.15	GYMJUMP	2
13.15-14.00	ATRAINING	2
14.00-14.45	ACIRCUIT	2
14.45-15.30	AGYM	2
18.30-19.15	ATONIC	2
19.20-20.20	SUPERFITNESS	2
20.25-21.10	AGAG	2
21.10-21.55	TFC	2

NUOTO RAGAZZI

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.15-17.00	NR 6-10	2
17.00-17.45	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.45-18.30	NR 6-10	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
19.00-19.45	NR 6-13 TT I LIVELLI	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.15-17.00	NR 6-10	2
17.00-17.45	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.45-18.30	NR 6-10	2

NUOTO ADULTI

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1
19.45-20.30	NA TUTTI I LIVELLI + NUOTO GUIDATO	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	1

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1
19.45-20.30	NA TUTTI I LIVELLI + NUOTO GUIDATO	1

ACQUATICITÀ 0-36 MESI E 3-5 ANNI + GESTANTI ACQUA

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.00-16.35	0-36 MESI	3
16.15-16.55	3-5 ANNI	2
16.40-17.20	3 ANNI	3
17.30-18.15	ACQUA MAMMA	3
17.45-18.25	3-5 ANNI	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3
19.45-20.30	NUOTO MAMMA	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.20-10.55	13-16 MESI	3
11.00-11.35	0-12 MESI	3
16.15-16.55	3-5 ANNI	2
17.45-18.25	3-5 ANNI	2

NUOTO, FITNESS, ACQUATICITÀ E GESTANTI

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
9.30-10.15	ARELAX	2
12.15-13.00	ACIRCUIT	2
13.00-13.45	AENERGY	2
13.45-14.30	AGAG	2
14.30-15.15	AGYM	2
15.15-16.00	AGYM	2
17.30-18.15	ATONIC	2
18.15-19.00	AENERGY	2
19.05-19.50	STEP&BIKE	2
20.00-20.45	AGYM	2
20.45-21.30	ATONIC	2

VENERDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
11.00-11.45	AGYM	2
12.00-12.45	AGYM	2
12.45-13.30	ATONIC	2
13.30-14.15	ACIRCUIT	2
14.15-15.00	AGAG	2
17.30-18.15	AGYM	2
18.15-19.00	AGYM	2
19.00-19.45	ATONIC	2
19.45-20.30	AENERGY	2

SABATO		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.30-12.15	AGYM	2
12.15-13.00	AENERGY	2

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
19.00-19.45	NR 6-13 TT I LIVELLI	1

VENERDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	1

**Evento fitness
GRATUITO**
con musica dal vivo
WATER LIVE GYM
VENERDÌ 6 LUGLIO
ORE 19, VASCA 1

Domeniche di fitness

Tutte le domeniche di luglio, dalle 11.30 alle 12 in vasca 1, una lezione gratuita per chi è già all'interno dell'impianto

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3
19.45-20.30	NUOTO MAMMA	1

VENERDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
15.45-16.30	ACQUA MAMMA	3

SABATO		
ORARI	ATTIVITÀ	V
9.30-10.05	0-12 MESI	3
10.10-10.45	13-24 MESI	3
10.30-11.10	3-5 ANNI	2
10.45-11.30	ACQUA MAMMA	3

AGOSTO *da mercoledì 1 a domenica 2 settembre*

FITNESS

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
13.15-14.00	ASTEPI	2
14.00-14.45	ATONIC	2
14.45-15.30	AGYM	2
19.00-19.45	IDROBIKE	2
20.00-20.45	AENERGY	2
20.45-21.30	ATONIC	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
13.00-13.45	AGYM	2
13.45-14.30	AENERGY	2
14.30-15.15	AGYM	2
17.30-18.15	AGYM	2
18.15-19.00	ATONIC	2
19.05-19.50	ACIRUIT	2
20.00-20.45	AENERGY	2

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	AGYM	2
12.30-13.15	ATONIC	2
13.15-14.00	ATRaining	2
14.00-14.45	ACIRCUIT	2
14.45-15.30	AGYM	2
19.00-20.00	SUPERFIT	2
20.05-20.50	AGAG	2

NUOTO RAGAZZI

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.30-18.15	NR 6-10	2

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
19.00-19.45	NR 6-13 TUTTI I LIVELLI	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
17.30-18.15	NR 6-10	2

NUOTO ADULTI

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	1

GIOVEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA PR (OVER 18)	1
19.00-19.45	NA TUTTI I LIVELLI	1

ACQUATICITÀ 0-36 MESI E 3-5 ANNI + GESTANTI ACQUA

LUNEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
16.00-16.35	0-36 MESI	3
16.40-17.20	3 ANNI	3
17.30-18.10	3-5 ANNI	2
17.30-18.15	ACQUA MAMMA	3

MARTEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3

MERCOLEDÌ		
ORARI	ATTIVITÀ	V
10.20-10.55	0-36 MESI	3
11.00-11.40	3 ANNI	3
17.30-18.10	3-5 ANNI	2

NUOTO, FITNESS, ACQUATICITÀ E GESTANTI

GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
7.15-8.00	AGYM	2
8.00-8.45	AGYM	2
8.45-9.30	ARELAX	2
13.00-13.45	AENERGY	2
13.45-14.30	AGAG	2
14.30-15.15	AGYM	2
17.30-18.15	ATONIC	2
18.15-19.00	AGYM	2
19.05-19.50	STEP&BIKE	2
20.00-20.45	AGYM	2

VENERDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
11.00-11.45	AGYM	2
12.30-13.15	ATONIC	2
13.15-14.00	ACIRCUIT	2
14.00-14.45	AGYM	2
14.45-15.30	AGYM	2

GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
16.45-17.30	NR 6-10 INTENSIVO	2
19.00-19.45	NR 6-13 TUTTI I LIVELLI	1

VENERDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
8.40-9.25	NA AV (OVER 18)	3

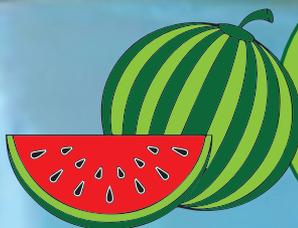
GIOVEDÌ

ORARI	ATTIVITÀ	V
10.15-11.00	ACQUA MAMMA	3

Evento fitness
GRATUITO
VENERDÌ 3 AGOSTO
ORE 19
VASCA 1

Domeniche di fitness

Tutte le domeniche di agosto, dalle 11.30 alle 12 in vasca 1, una lezione gratuita per chi è già all'interno dell'impianto



A FERRAGOSTO
Lezioni di fitness
GRATUITE
e
COCOMERO PARTY
per tutti

DOMENICA 2 SETTEMBRE DALLE 9 ALLE 19

Festa di fine estate

**MUSICA
DAL VIVO
&
APERITIVO
PER TUTTI**

*** Fitness in acqua
* Ginnastica nel prato**

*** Promozioni benessere**

*** In acqua con mamma e papà 0-36 mesi**

*** Giochi in acqua 3-5 anni**

*** Staffettone per bambini e adulti
dai 6 ai 99 anni**

*** Esibizione di nuoto sincronizzato**

*** Prova di nuoto pinnato**

**LE ATTIVITÀ
SI SVOLGERANNO
ANCHE IN CASO DI MALTEMPO**

Sweet Team

La squadra agonistica delle Piscine Pergolesi



*Sport,
divertimento
e grandi
successi*

- ★ NUOTO
- ★ NUOTO PINNATO
- ★ NUOTO SINCRONIZZATO
- ★ NUOTO MASTER
- ★ PENTATHLON
- ★ TRIATHLON

*Entra
anche tu
nella nostra
squadra!*



info

Lascia il tuo recapito in segreteria o scrivi a sweetteam.modena@libero.it
i nostri tecnici ti risponderanno al più presto

TUTTI I GIORNI LA NOSTRA PISCINA TI ASPETTA!

Dal lunedì al venerdì dalle 6.30 alle 22.30

il sabato e la domenica dalle 9 alle 19.30

(tutti i lunedì di agosto l'impianto apre alle 9.30)

ISCRIZIONE AI CORSI

Alla reception delle Piscine

dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 19.00

il sabato dalle 9.00 alle 13.00

oppure

chiamando il numero 059 9782820

dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 15.00

INFO E CONTATTI

Piscine Pergolesi, via Divisione Acqui 152 - Modena

tel 059 373337 - fax 059 374915

info@piscinepergolesi.net

www.piscinepergolesi.net

