

CORSI DI NUOTO: per raggiungere la tecnica corretta nel rispetto dei tempi individuali di apprendimento. Per ogni età e per ogni livello.

ACQUAFITNESS: per svolgere una sana ed intensa attività fisica in acqua, in piccoli gruppi, con attenzione personalizzata.

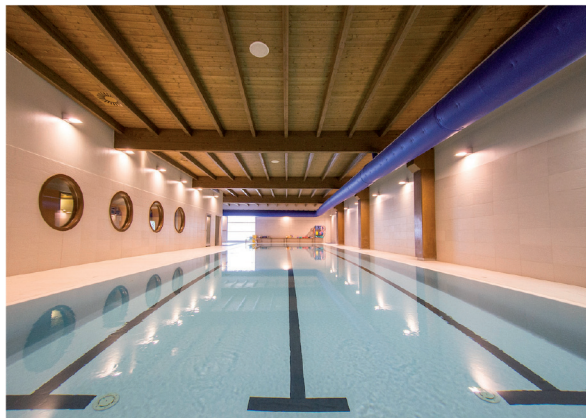
BEBÈ e GIROTONDO: per accompagnare i più piccoli alla scoperta del mondo acqua, senza traumatismi o addestramenti, con un metodo basato sulla comunicazione affettiva che ci ha dato tante soddisfazioni insieme a quasi 3.000 piccoli.

CORSI PALESTRA E PERSONAL TRAINER

RIEDUCAZIONE IN ACQUA: la grande esperienza maturata ci consente di programmare attività individualizzate di recupero traumatico o funzionale, anche in collaborazione con il terapista della riabilitazione di fiducia, particolarmente efficaci nel raggiungimento degli obiettivi ed in tempi ridotti.

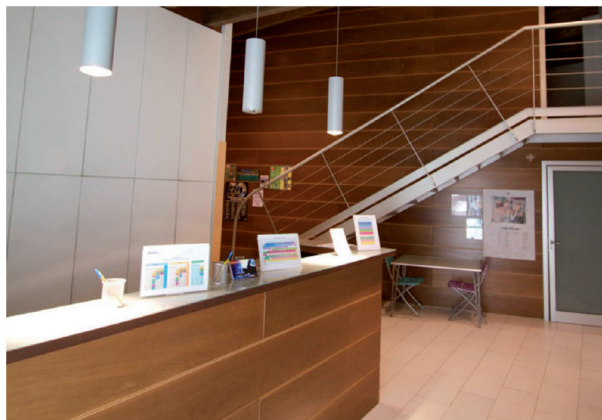
ZONA BENESSERE: per il relax degli adulti che frequentano IDEA BLU, gratuita e riservata, con idromassaggio, sauna e bagno turco, elegante ed accogliente.

SERVIZI ALLA PERSONA: visite mediche di idoneità alla pratica sportiva, consulenza nutrizionale, consulenza ostetrica.



IDEA BLU

nasce per chi vuole scegliere
una piscina pulita e confortevole,
con la guida di insegnanti molto competenti
e preparati, per attività in acqua dedicate
ad ogni età e ad ogni esigenza.



Ogni lezione dura sessanta minuti effettivi.
Accesso in vasca a piedi nudi senza ciabatte.
Temperature acqua e aria molto confortevoli.
Docce calde.
Asciugacapelli professionali senza gettoni.
Cabine a rotazione ed armadietti.
Parcheggio riservato.
Convenzioni con Società di welfare

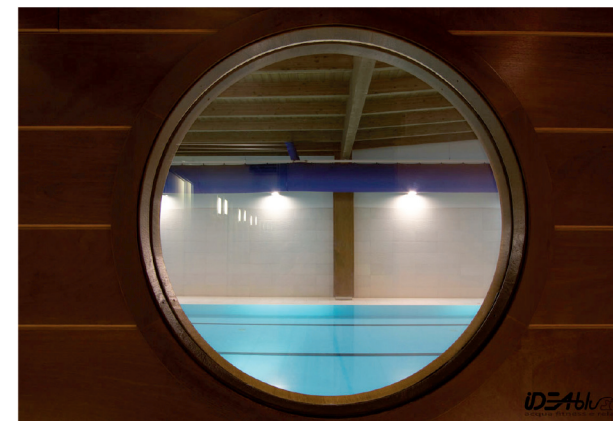
IDEA blu
acqua fitness e relax

Via Solferino, 70 Pavia
0382.46.11.72

info.ideablu@gmail.com www.ideablu.com



acquanetwork



IDEA blu
acqua fitness e relax



ottobre 2022

NUOTO LIBERO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì		Venerdì	Sabato
8,00					8,00		
9,00					9,00		
10,00					10,00		
11,00					11,00		
12,00					12,00		
13,00					13,00		
14,00					14,00		
15,30					15,00		
16,30					16,00		
17,30					17,00		
18,30					18,00		
19,30			20,00		19,00		
20,30					20,00		
21,00			LAGUNA BLU		21,00	LAGUNA BLU	

ACQUAFITNESS

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì		Venerdì	Sabato
8,00					8,00		
9,00					9,00		
10,00					10,00		
11,00		GESTANTI		GESTANTI	11,00		
12,00					12,00		
13,00			SUPER GYM VASCA GRANDE		13,00	SUPER GYM VASCA GRANDE	
14,00					14,00		
15,30	SOFT GYM				15,00		
16,30					16,00		
17,30					17,00		
18,30		DAG	GESTANTI	DAG	18,00	SOFT GYM	
19,30					19,00		
20,30				DAG	20,00		

CORSI DI NUOTO ADULTI

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì		Venerdì	Sabato
8,00					8,00		
9,00					9,00		
10,00					10,00		
11,00					11,00		
12,00					12,00		
13,00					13,00		
14,00			ADULTI DDD		14,00		
15,30					15,00		
16,30					16,00		
17,30					17,00		
18,30		ADULTI		ADULTI	18,00		
19,30	SIRENA e ADULTI		20,00		19,00		
20,30	POWER			POWER	20,00		



CORSI DI NUOTO BAMBINI, RAGAZZI E AGONISMO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì		Venerdì	Sabato
8,00					8,00		
9,00					9,00		
10,00	SCUOLE		SCUOLE		10,00		BAMBINI
11,00	SCUOLE		SCUOLE		11,00		BAMBINI
12,00					12,00		
13,00					13,00		
14,00					14,00		RAGAZZI E AGONISMO
15,00	SCUOLE	SCUOLE	SCUOLE	SCUOLE	15,00	SCUOLE	BAMBINI
16,30	BAMBINI	BAMBINI	BAMBINI	BAMBINI	16,00	BAMBINI	BAMBINI
17,30	BAMBINI	BAMBINI	BAMBINI	BAMBINI	17,00	BAMBINI	
18,30		RAGAZZI E AGONISMO	RAGAZZI E AGONISMO	RAGAZZI E AGONISMO	18,00	BAMBINI	



BEBÈ E GIROTONDO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì		Venerdì	Sabato
8,00		BEBÈ			8,00		BEBÈ
9,00					9,00		BEBÈ
10,00					10,00	BEBÈ	BEBÈ
11,00					11,00		BEBÈ
12,00					12,00		
13,00					13,00		
14,00					14,00		
15,30					15,00		GIRO TONDO
16,30		GIRO TONDO	BEBÈ	GIRO TONDO	16,00		BEBÈ
17,30			GIRO TONDO		17,00	GIRO TONDO	

