

Palestra in Acqua Cele Daccò

Pubblicato: Lunedì 23 Ottobre 2017



Nel cuore di **Jerago**, la **Palestra in Acqua Cele Daccò** è il luogo ideale dove allenarsi (in piscina o in palestra), per ritrovare il proprio benessere psicofisico e scaricare le tensioni della quotidianità.

L'impianto sportivo è **gestito da Gestisport**, società sportiva dilettantistica costituita in forma cooperativa che opera dal 1986 nel settore della gestione di impianti sportivi polivalenti e polifunzionali.

La struttura si compone di **tre vasche**: una piscina nuoto a 6 corsie da 25m con una profondità variabile da 1,20m a 1,50 m e risponde a tutte le caratteristiche richieste da Coni e dalla Fni (Federazione Italiana Nuoto), una piscina più piccola da 14m, pensata per le persone più anziane e per i portatori di handicap, con una profondità di 1,20 m, pensata per essere facilmente accessibile e per consentire il posizionamento di attrezzi in acqua, allo scopo di poter integrare le attività riabilitative con la ginnastica in acqua. Infine una piscina ricreativa, con una profondità di 0,60m, adatta a bambini e neonati, che viene impiegata anche per attività riabilitative che necessitano di profondità limitata.

Oltre alle vasche per il nuoto, l'acqua fitness e l'**idromassaggio**, la struttura ha una **palestra attrezzata con i più moderni macchinari Technogym**, una sala corsi per il fitness, un solarium e a breve avrà anche una zona ristoro.

Tra le tante attività proposte, ci sono i corsi in acqua di acquagym, hydrobike, acqua strong, acqua tone, mentre in palestra è possibile praticare ginnastica posturale, pilates, mat pilates, soft tone gag, tone up, total body, fitball, functional circuit, body flow, One Kor, functional training, strong by Zumba, power stretching, I-Tone, Zumba e step.

In piscina sono organizzati anche **corsi di nuoto, per bambini, ragazzi e adulti**, sia a livello agonistico che amatoriale e lungo tutto l'arco della giornata ci sono **corsie dedicate al nuoto libero**.

La prenotazione ai corsi è effettuabile a partire da otto giorni prima della data del corso, attraverso l'apposita sezione del sito internet, oppure chiamando il numero 0331 1640001 o recandosi personalmente alla reception, mentre non verranno accettate mail di prenotazione ed è altresì prevista una precisa modalità di disdetta, per permettere una migliore organizzazione del corso.

La Palestra in Acqua Cele Daccò è **aperta da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 22, sabato dalle 9 alle 19 e domenica dalle 9 alle 13.30**.

Per restare aggiornati sulle attività del Fitness Village Gestisport, visitate il **sito internet** e mettete "mi piace" alla **pagina Facebook**.

Vuoi restare sempre aggiornato sulle attività del Fitness Village by Gestisport di Jerago? Lasciaci il tuo indirizzo email e **tra tutti coloro che si iscriveranno alla newsletter, 2 fortunati potranno aggiudicarsi un abbonamento annuale open** e vivere da protagonisti la Palestra in Acqua Cele Daccò.

Caricamento in corso...

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it