

**CASSIANTICA  
SPORTING FITNESS**

Follow us on



**www.cassiantica.it**  
Via Taormina, 5 - 00135 Roma  
cassiantica@gmail.it

**INFO**

**ORARI CIRCOLO**

Dal lunedì al venerdì: 6.30-22.00  
Sabato: 8.00-20.00  
Domenica: 8.30-15.00

**ORARI SEGRETERIA**

Dal lunedì al venerdì 8.00-21.00  
Sabato 9.00-19.00  
Domenica 9.00-14.00

**Tel. 06. 33.42.93.98**  
**cassiantica@gmail.com**

**ORARI ATTIVITÀ**

**SALA PESI**

Da lunedì al venerdì: 7.30 - 21.30  
Sabato: 8.00 - 19.00  
Domenica e festivi: 8.30-14.30

**NUOTO LIBERO**

Dal lunedì al venerdì: *dalle 6.30 alle 15.30 e  
dalle 19.00 alle 21.30*  
Sabato: *dalle 8.00 alle 10.00 e dalle 13.00 alle 19.30*  
Domenica: *dalle 8.30 alle 14.30*

**NUOTO LIBERO CONTROLLATO**

Durante l'orario del nuoto libero, un istruttore è a vostra disposizione per consigliarvi e fornirvi un programma di allenamento personalizzato

**ALLENAMENTI NUOTO MASTER**

Lunedì e venerdì: *dalle 19.20 alle 21.00*

**CASSIANTICA**  
SPORTING FITNESS



# IL CIRCOLO

## AREA INDOOR



## AREA OUTDOOR



**AREA INDOOR:**  
**Piano di accoglienza:**  
 Segreteria  
 Bar  
 Spogliatoi  
 Sauna  
 Area beauty: trattamenti estetici, fisioterapista, osteopata, naturopata

**Piano inferiore:**  
 (accessibile dallo spogliatoio)  
 Piscina  
 Sala corsi

**Piano superiore:**  
 Ufficio tecnico  
 Sala pesi  
 Area veranda e gazebo


**AREA OUTDOOR:**  
 Campo polivalente tennis/calcetto  
 Campi beach volley/beach tennis  
 Campo per bootcamp, spinning, funzionale  
 Spazio esterno per feste pomeridiane  
 Parcheggio

# ABBONAMENTO






## OPEN SPORT

-  **1 PISCINA:**  
Nuoto libero e controllato  
Acquagym
-  **3 SPAZI FITNESS:**  
1 sala pesi  
1 sala corsi  
1 area outdoor (spinning, funzionale, bootcamp)
-  **1 Campo polivalente da tennis/calcetto**
-  **2 Campi da beach volley/beach tennis**
-  **Sauna**
-  **Cassetta portaoggetti  
Armadietto**

## LE SCUOLE

-  **NUOTO:** adulti e bambini
- DANZA:** recitazione, hip hop, moderna, classica
- YOGA KIDS**
- PENTATHLON (Novità)**

## SERVIZI SUPPLEMENTARI:

-  Armadietto personale
-  Trattamenti estetici
-  Consulenza con osteopata/fisioterapista/naturopata
-  Corsi SUB e APNEA
-  KICK BOXING adulti
-  Piscina estiva
-  Affitto spazio esterno per feste private pomeridiane