

Acquarena

Die Acquarena ist ein in 2002 fertiggestelltes Schwimmbad mit Hallen- und Freibad, Sauna, Fitnessstudio und Physioabteilung; adressiert in Via Mercato Vecchio, 28/B in 39042 Bressanone, Italy. Sie steht unter der Führung der Stadtwerke Brixen AG und ermöglicht durch Partner wie Hotels und die Freie Universität Bozen freien bzw. ermäßigten Eintritt zu Pools & Sauna.

POOLS

- Becken für Spaß, Sport & Kinder im Hallen- und Freibad; außerdem Salzwasserbecken & Whirlpool
- Liegewiese, Ballspielfelder & Kinderspielplatz
- Kursangebote: Schwimmen in allen Stufen, Leistungsgruppen und Aquafitness; ausgerichtet durch drei Vereine: SSV Brixen Sektion Schwimmen; Schwimmclub Brixen; Tauchclub Brixen

SAUNA & ENTSPANNUNG

- Finnische Außen- & Innensauna, Bio-Zirbelkiefer- & Kräutersauna, Dampfbad
- professionelle Aufgüsse, Kneipp- und Relaxbecken, Cremes, Peelings & Massagen
- Ruheräume (Green Box und Wasserbetten)
- Panoramaterrasse mit Whirlpool und Blick auf die Mittelgebirgslandschaft
- Saunabar mit leichten Häppchen, Tees und frischgepressten Säften

FITNESS

- MOVE > Fitness, Cardio, Kraft; Stabilität-Mobilität & Functional Training
- GROUP > Kurse wie Yoga, Pilates, Cross, Power..
- PERSONAL > 1:1 Coaching, Medizinische Trainingstherapie, Elektro-Muskel-Stimulation, Analyse-Screening

Grundlage dafür sind ein Erstgespräch, Definition des Ist/ Soll- Zustands, Entwicklung und Kontrolle eines persönlichen Trainingsprogramms

PHYSIO

- Physiotherapie (manuell, neurologisch, Sportphysio, Reha, Atem, Faszien, Kiefergelenk, Chiro)
- Osteopathie (strukturell, viszeral, craniosakral, Sport & Kinder)
- Medizinische Trainingstherapie (Prävention, Rehabilitation, Athletiktraining)
- Physikalische Therapie (Magnetfeld, Ultraschall, Elektro, Stoßwelle)
- Massagen (Ganz-/ Teilkörper, Bindegewebe, Fußreflexzonen; Manuelle Lymphdrainage)
- Tape (klassisch & medizinisch); Alter G (Anti Gravity Treadmill)

GRISSINO

Das komplexinterne, eigenständig geführte Restaurant bietet neben alpin-mediterranen und asiatischen Gerichten, Sushi & Pizza, Speisen außer Haus und vor Ort in einem modernen Ambiente mit Sonnenterrasse; Kinderspielplatz und Kegelbahn.

SPIELPLATZ

Neugestaltung im Freibad durch Büro Christian Soelva mit Wasserbereich und Matschcke