

Corso Sportivo

Corso di nuoto adatto a nuotatori esperti che desiderano perfezionare la tecnica natatoria e la resistenza fisica.

Lunedì - Giovedì	18:55 - 19:40 - 20:25 21:10
Martedì - Venerdì	18:55 - 19:40 - 20:25
Mercoledì	18:55 - 19:40
Sabato	18:30

Corsi da 45 minuti



ORARI DI SEGRETERIA

dal 21 settembre

Lunedì	16:30 - 20:30
Martedì	9:30 - 11:30 16:30 - 20:00
Mercoledì	16:30 - 20:00
Giovedì	9:30 - 11:30 16:30 - 20:30
Venerdì	16:30 - 20:00
Sabato	9:00 - 12:00

CENTRO NUOTO UISP ARCOVEGGIO

Via di Corticella 180/4

Linea 27 e 97, fermata Caserme Rosse
Linea 11, fermata C.S. Virtus

CONTATTI

Telefono 051377991
E-mail nuoto.arcoveggio@uispbologna.it
Facebook Centro Nuoto Arcoveggio UISP
Sito internet www.uispbologna.it

Tra le attività UISP rientrano progetti volti a favorire l'inserimento di persone con disabilità attraverso percorsi individuali e di gruppo. Per informazioni rivolgersi alla segreteria.



AQUARIA E CORSI DI NUOTO PER ADULTI

Il 1° corso inizia il
21 settembre 2020 e
termina il 6 dicembre 2020.
Le lezioni sono sospese il
1 novembre 2020.



Per tutti i corsi è richiesto il certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica

Corsi Aquaria

L'attività di ginnastica in acqua è rivolta a tutti e tutti possono trarne beneficio, grazie all'effetto di tonificazione muscolare che ne deriva.

Aquaria

Lun - Mar - Gio - Ven 17:45

Formula OPEN oppure
Abbonamento a scalare

Lunedì 7:15 - 11:10 - 17:00 - 18:30

Martedì 18:30

Mercoledì 17:00

Giovedì 7:15 - 11:10 - 17:00 - 18:30

Venerdì 15:20 - 18:30

Sabato 9:15

Domenica 10:15

Corsi da 45 minuti

Aquaria Over 60

Formula OPEN oppure
Abbonamento a scalare

Lunedì - Giovedì 9:30

Martedì 9:10 - 10:00*

Venerdì 9:10 - 10:00

* in acqua alta

Corsi da 45 minuti

Aquaria Gestanti

Domenica 9:30

Corsi da 45 minuti



Aquaria Acqua Alta

Formula OPEN oppure
Abbonamento a scalare

Mercoledì 17:45

Corsi da 45 minuti

Corso Principianti

Corso di nuoto rivolto a tutti coloro che non hanno confidenza con l'acqua e che desiderano imparare a nuotare.

Lunedì - Giovedì 18:30 - 19:15 - 21:10

Martedì - Venerdì 19:15 - 20:00
Terrorizzati 20:00

Mercoledì 19:15

Corsi da 45 minuti

Corso Perfezionamento

Corso di nuoto rivolto a chi desidera perfezionare la tecnica natatoria dei tre stili di base: dorso, rana e stile libero.

Lunedì - Giovedì 18:55 - 19:40 - 20:25

Martedì - Venerdì 18:30* - 18:55
19:40 - 20:25

Mercoledì 18:10 - 18:55 - 19:40

Sabato 18:30

Corsi da 45 minuti

Corso Over 60

Attività in acqua per tutti coloro che vogliono mantenere uno stile di vita sano, basato sulla prevenzione e sul mantenimento della propria salute.

Principianti

Lunedì - Giovedì 10:20 - 11:10

Perfezionamento

Lunedì - Giovedì 9:30 - 10:20

Corsi da 45 minuti