



# Active mamy baby

## CORSO DI ATTIVITÀ MOTORIA PER GESTANTI

**DOVE:** UISP, VIA FAGO, VIALE TRIESTE,  
MASO DELLA PIEVE

**QUANDO:** LUNEDÌ, MERCOLEDÌ, VENERDÌ

STAGIONE  
**2019  
2020**

**CORSO DI ATTIVITÀ MOTORIA PER IL SECONDO  
E TERZO TRIMESTRE DI GRAVIDANZA  
IN ACQUA E IN PALESTRA.**

**SCOPRI I BENEFICI  
DELL'ATTIVITÀ FISICA  
PER TE E PER IL TUO BAMBINO!**

**NUOVA  
SEDE UISP!**  
dal 30.09 in  
Via Firenze, 37  
Bolzano



## ORARI E PREZZI

Lunedì	h. 9.30 - 10.30	Palesta Uisp	€80 (8 incontri)
Mercoledì	h. 10.30 - 12.00	Palestra+piscina Viale Trieste	€120 (8 incontri)
	h. 19.00 - 20.00	Piscina Via Fago	€80 (8 incontri)
Venerdì	h. 13.00 - 14.00	Piscina M.d.Pieve	€80 (8 incontri)

## CALENDARIO

	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE	GENNAIO
Lunedì	-	4 - 18 - 18 - 25	2 - 9 - 16 - 23	13 - 20 - 27
	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO
	3 - 10 - 17	2-9-16-23-30	6 - 20 - 27	4 - 11 - 18 - 25

	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE	GENNAIO
Mercoledì	-	6 - 13 - 20 - 27	4 - 11 - 18	8 - 15 - 22 - 29
	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO
	5 - 12 - 19	4 - 11 - 18 - 25	1 - 8 - 15 - 22 - 29	6 - 13 - 20 - 27

	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE	GENNAIO
Venerdì	-	8 - 15 - 22 - 29	6 - 13 - 20	10 - 17 - 24 - 31
	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO
	7 - 14 - 21	6 - 13 - 20 - 27	3 - 17 - 24	8 - 15 - 22 - 29

Gli orari potrebbero subire delle variazioni.



## REGOLAMENTO E ISCRIZIONI

### ISCRIZIONI:

Le lezioni seguiranno il calendario allegato e dovranno essere effettuate entro 3 mesi dall'emissione della tessera presenze. Ci si può iscrivere a 1 o più corsi settimanali, acquistando il carnet per gli ingressi del giorno selezionato.

L'iscrizione è confermata ad avvenuto bonifico. Si richiede di presentare all'operatore una copia di conferma del pagamento.

### COSTI:

€80 per 8 incontri da 60 minuti. €120 per 8 incontri da 90 minuti + €12 di tessera associativa e assicurativa UISP (da pagare una tantum, con validità annuale 1.9 - 31.8)

Acquistando due pacchetti per due appuntamenti settimanali (es. lunedì + mercoledì) si avrà diritto al 10% di sconto sul totale.

Il pagamento va effettuato entro 4 giorni dall'iscrizione tramite bonifico bancario alle seguenti coordinate:

UISP Bolzano BANCA POPOLARE ALTO ADIGE

IBAN: IT70 Q058 5611 6000 2057 0008 355

Causale: Corso ACTIVE MAMY, Nome e cognome della persona che partecipa al corso.

Si richiede l'invio della copia del bonifico a [segreteria.bolzano@uisp.it](mailto:segreteria.bolzano@uisp.it)

### ASSENZE:

Le lezioni vanno terminate entro la data di scadenza della tessera presenze.

Per motivi di salute certificati è invece possibile richiedere la sospensione della tessera presenze (usufruibile successivamente o nel corso post partum) e/o il rimborso delle lezioni mancanti (€10€ad incontro).

### RINNOVI:

A fine ciclo di attività è possibile rinnovare l'iscrizione con altri 6 o 8 incontri.

### MODALITÀ COMUNICAZIONE AI SOCI:

Tutte le comunicazioni relative ai corsi, (es.: sospensione attività per imprevisti non dipendenti dall'Associazione, inizio e fine corsi, ecc...) verranno inoltrate a tutti i soci esclusivamente col nostro servizio sms o e-mail, ed inoltre sul gruppo Facebook (Primi Passi UISP Bolzano).

Si prega quindi di controllare di aver fornito al momento dell'iscrizione il numero di cellulare ed indirizzo e-mail corretti.