

Stagione Sportiva 2020-2021

Piscina Comunale di Lugo

PROGRAMMA SETTIMANALE CORSI ACQUAFITNESS

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
10.00-10.45	---	---	---	---		AcquaMIX Acqua Alta	AcquaMIX Acqua Media
10.15-11.00	AcquaBIKE Acqua Media	AcquaSOFT Acqua Media	AcquaBIKE SOFT (*) Acqua Media	AcquaBIKE Acqua Media	AcquaSOFT Acqua Media	---	---
11.00-11.45			Acqua& Gravidanza		Acqua& Gravidanza		
10.45-11.30	---	---	---	---	---	AcquaMIX Acqua Alta	---
11.30-12.15						AcquaBIKE Acqua Media	
13.00-13.45	AcquaTONE Acqua Alta	AcquaCARDIO Acqua Media	AcquaTONE Acqua Alta	AcquaGAG Acqua Media	AcquaGAG Acqua Media	---	---
13.45-14.30	AcquaGAG Acqua Media	AcquaBIKE in Acqua Media	AcquaBIKE in Acqua Media	AcquaCARDIO Acqua Media	---	---	---
14.30-15.15	AcquaSOFT Acqua Media	---	---	AcquaSOFT Acqua Media	---	---	---
19.00-19.45	AcquaCARDIO Acqua Media	AcquaGAG Acqua Media	AcquaTONE Acqua Media	AcquaGAG Acqua Media	AcquaMIX Acqua Media	---	---
	AcquaTONE Acqua Alta	AcquaTONE Acqua Alta	---	AcquaMIX Acqua Alta	AcquaTONE Acqua Alta	---	---
19.45-20.30	AcquaMIX Acqua Alta	AcquaBIKE Acqua Media	AcquaMIX Acqua Alta	AcquaBIKE Acqua Media	AcquaBIKE Acqua Media	---	---
	AcquaBIKE Acqua Media			AcquaTONE Acqua Alta			

Il programma potrebbe subire variazioni durante la stagione in base all'andamento delle iscrizioni ai corsi
PER TUTTI I CORSI È OBBLIGATORIA LA REGISTRAZIONE e LA PRENOTAZIONE TRAMITE L'APP SPORTCLUBBY



SportClubby
 Tutto lo sport in una sola App



UISP COMITATO TERRITORIALE RAVENNA-LUGO aps

Sede di Lugo: Piazzale Veterani dello Sport n. 4 Lugo (Ra) Tel. 0545-26924
lugo.ravennalugo@uisp.it - www.uisp.it/ravennalugo

ORARI DI APERTURA AL PUBBLICO DEGLI UFFICI DI LUGO:

Lunedì dalle ore 9.00 alle 19.00 (orario continuato); Martedì e Giovedì dalle ore 15.00 alle 19.00; Mercoledì, Venerdì e Sabato dalle ore 9.00 alle 13.00

Stagione Sportiva 2020-2021

Piscina Comunale di Lugo



ACQUAFITNESS

ABBONAMENTI A TEMPO	STAGIONALE	NOVITÀ 4 MESI	NOVITÀ 2 MESI
ACQUAFITNESS STANDARD (no AcquaBike)	500,00 €	320,00 €	200,00 €
ACQUAFITNESS FULL (con AcquaBike)	540,00 €	350,00 €	220,00 €
ACQUAFITNESS STANDARD + FITNESS al Centro Studi Danza&Fitness	540,00 €	---	---
ACQUAFITNESS FULL + FITNESS al Centro Studi Danza&Fitness	580,00 €	---	---
AcquaSOFT STANDARD	460,00 €	260,00 €	160,00 €
AcquaSOFT FULL (con AcquaBike SOFT) (* la seduta si svolgerà con un minimo di 5 prenotazioni)	480,00 €	280,00 €	180,00 €

Gli abbonamenti stagionali per la piscina saranno validi a partire dal 26 Settembre 2020 fino al 22 Maggio 2021 (compreso Acquafitness di Natale). Gli abbonamenti stagionali per la Palestra Centro Studi Danza & Fitness saranno validi a partire dal 07 Settembre 2020 fino a Luglio 2021. Gli abbonamenti da 2 e 4 mesi saranno validi dal momento della sottoscrizione fino alla data di scadenza indicata sulla tessera.

ABBONAMENTI OPEN	15 INGRESSI	10 INGRESSI	05 INGRESSI
ACQUAFITNESS STANDARD (no AcquaBike)	115,00 €	85,00 €	50,00 €
ACQUAFITNESS FULL (con AcquaBike)	120,00 €	90,00 €	55,00 €
ACQUAFITNESS STANDARD + FITNESS al Centro Studi Danza&Fitness	120,00 €	90,00 €	55,00 €
ACQUAFITNESS FULL + FITNESS al Centro Studi Danza&Fitness	125,00 €	95,00 €	60,00 €
AcquaSOFT STANDARD	100,00 €	75,00 €	45,00 €
AcquaSOFT FULL (con AcquaBike SOFT) (* la seduta si svolgerà con un minimo di 5 prenotazioni)	105,00 €	80,00 €	50,00 €

ACQUA & GRAVIDANZA – corsi per gestanti	12 LEZIONI	8 LEZIONI	4 LEZIONI
I corsi sono tenuti da una OSTETRICA	100,00 €	75,00 €	42,00 €
Le lezioni non utilizzate a termine gravidanza potranno essere convertite per un corso neonati, Acquafitness o Nuoto Adulti			
I corsi sono tenuti da un'ostetrica - Certificato medico attestante l'assenza di controindicazioni alla pratica della Ginnastica Dolce in Acqua (riferimenti ginecologici)			

PROMOZIONI PER LA STAGIONE SPORTIVA 2020-2021

NUCLEO FAMILIARE (almeno 3 componenti): - 10% sul totale dei corsi frequentati in Piscina
NUOTO & PALESTRA: -10% per chi frequenta in contemporanea Corsi Uisp di Nuoto ed al CSD&Fitness
POWER: - 10% sul totale per chi si iscrive ai corsi Nuoto per tre giorni a settimana
UNDER 18: - 10% sulla quota del corso Nuoto Adulti oppure Acquafitness
OVER 60: - 10% sulla quota del corso Nuoto Adulti oppure Acquafitness (esclusa AcquaSoft)