

NUOTO RAGAZZI 10-14 ANNI ... SCEGLI IL TUO GIORNO

VASCA 50 lato 20 mt

Venerdì 18.30
principianti, intermedi e avanzati

VASCA 50

Martedì - Giovedì 18.05
intermedi - avanzati

VASCA 25 mt

Lunedì - Mercoledì
17.00
avanzati

Martedì - Giovedì
17.00 / 17.50
avanzati

Venerdì - Sabato
17.00
intermedi - avanzati

**1° PROVA GRATUITA
2° PROVA € 6.50**

NEW

NUOTO GUIDATO RAGAZZI CON PROBLEMI POSTURALI

Martedì - Giovedì 18.40 + 1 GIORNO IN PALESTRA DA CONCORDARE

NEW

**1° PROVA GRATUITA
2° PROVA € 6.50**

NUOTO RAGAZZI E ADULTI... SCEGLI IL TUO GIORNO

VASCA 25 mt

Martedì - Giovedì
16.10
principianti, intermedi e avanzati

VASCA 50 mt lato 20 mt

Lunedì - Mercoledì
18.15
principianti, intermedi e avanzati

VASCA 25 mt

Mercoledì
16.10
principianti, intermedi e avanzati

**PROMO
€ 5.50**

NUOTO ADULTI ... SCEGLI IL TUO GIORNO

VASCA 50 lato 20 mt

Lunedì - Mercoledì
19.00
principianti, intermedi e
avanzati
19.45
intermedi e avanzati

VASCA 50 mt

Martedì - Giovedì
08.30
intermedio
13.15
avanzati x 1 ora - € 8.00
19.30
avanzati
20.00
avanzati x 1 ora - € 8.00

VASCA 50 lato 25 mt

Mercoledì
12.45
avanzato
13.30
intermedi

Martedì - Giovedì
18.45
intermedi - avanzati
19.30
principianti

VASCA 25 mt

Martedì - Giovedì
19.25
principianti e intermedi
Lunedì - Venerdì
20.00
principianti, intermedi e avanzati
Sabato
17.00
intermedi

**1° PROVA GRATUITA
2° PROVA € 6.50**

SOLO € 5.50 A LEZIONE

lunedì - venerdì 20.45 vasca 25mt / venerdì 13.00 - vasca 50mt / venerdì 19.15 - vasca 50 lato 20 mt

NUOTO AVANZATO

Se non vuoi giorni e orari fissi e vuoi nuotare seguito da un istruttore questo è il corso che fa per te. Vieni tutte le volte che vuoi nei seguenti orari:

Lunedì 19.45 (lato 20 mt) - **Martedì 8.30** (50mt)
Mercoledì 12.45 (50mt) **Venerdì 13.00** (lato 25 mt)
Venerdì 19.15 (lato 20 mt)

€ 91.90

NUOTO INTERMEDIO

Se non vuoi giorni e orari fissi e vuoi nuotare seguito da un istruttore questo è il corso che fa per te. Vieni tutte le volte che vuoi nei seguenti orari:

Martedì - Giovedì 20.15 (50 mt) - **Giovedì 8.30** (50mt)
Mercoledì 13.30 (50mt) - **Venerdì 13.00** (50 mt)

€ 91.90

NUOTO PRINCIPIANTI

Se non vuoi giorni e orari fissi e vuoi nuotare seguito da un istruttore questo è il corso che fa per te. Vieni tutte le volte che vuoi nei seguenti orari:

Martedì 19.30 (50 mt) - **Giovedì 16.10** (25mt)
Mercoledì 13.30 (50mt) - **Venerdì 19.15** (20 mt)

€ 91.90

CREA IL TUO PLANNING MENSILE

Lascia le tue richieste in segreteria e noi troveremo l'istruttore che ti accontenterà:

LEZIONI INDIVIDUALI €20.00

LEZIONI A 2 PARTECIPANTI €13,00 a partecipante

PICCOLI GRUPPI 3-5 AMICI €10,00 a partecipante

13 NOVEMBRE: Una Domenica Insieme

14 DICEMBRE: Gare staffette Adulti

18 DICEMBRE: Spettacolo di Natale

FESTE DI COMPLEANNO

Festeggia il tuo compleanno in piscina e riceverai un coupon per prenotare la tua **PROVA GRATUITA** ad un corso di nuoto o ginnastica



SCUOLA NUOTO

PISCINE DOGALI 1° CORSO

VASCA 50MT DAL 19/09/2016 AL 23/12/2016 (IL GIORNO DI INIZIO PUÒ SUBIRE VARIAZIONI)
 VASCA 25MT E SCOLASTICA DAL 05/09/2016 AL 23/12/2016



CORSO 3-5 / 5-9 / 10-14 MONOSETTIMANALE € 7.00 A LEZIONE - BISETTIMANALE € 6.30 A LEZIONE
 ADULTI MONOSETTIMANALE € 8.00 - BISETTIMANALE € 7.00 A LEZIONE

ACQUATICITA' 0-3 ANNI IN ACQUA CON MAMMA E PAPÀ

Mercoledì 16.00
 Giovedì 11.30 / 16.00
 Sabato 15.00

€ 76.90

1° PROVA GRATUITA
 2° PROVA € 6.50

NEW SABATO PROGETTO BABY € 72.90

Nuova attività mirata allo sviluppo psicomotorio del bambino. In ogni corso vengono rispettate "tassativamente" le fasce di età del bambino per un adeguato sviluppo educativo nell'acqua:

08.50 - 09.25	3/8 mesi	10.35 - 11.10	25/36 mesi
09.25 - 10.00	9/14 mesi	11.20 - 11.55	25/42 mesi - vasca 25 mt
10.00 - 10.35	15/24 mesi	11.55 - 12.30	43/60 mesi - vasca 25 mt

PORTARE IL PROPRIO GALLEGGIANTE DA CASA

1 recupero al mese in altri giorni entro data fine corso o 1 buono nuoto libero.

ACQUA SPORT 3-5 ANNI ... SCEGLI IL TUO GIORNO

IN OGNI ORARIO CI SONO 3 LIVELLI:

STELLA-PRINCIPIANTI: primo approccio con l'ambiente acquatico e, non avendo mai frequentato un corso, non mettono sotto la testa (3-4 anni)
CAVALLUCCIO-INTERMEDI: hanno già sperimentato l'elemento acqua con disinoltura, cominciando già a galleggiare e immergendo totalmente la testa in acqua. (3-5 anni)
NEMO-AVANZATI: padronanza totale del proprio corpo in acqua, galleggiano totalmente e hanno già frequentato corsi. (4-5anni)

Lunedì	17.00 / 17.50	Giovedì	17.00 / 17.50	Domenica	10.20
Martedì	17.00 / 17.50	Venerdì	17.00 / 17.50		
Mercoledì	17.00 / 17.50	Sabato	11.20 / 12.10		

3-4 anni - 8 iscritti - € 9.50 a lezione
 + INGRESSO NUOTO PER GENITORE

PICCOLI GRUPPI € 10.00 A LEZIONE

Gruppo composto al massimo da 6 bambini per sperimentare a 360° l'ambiente acquatico.

Martedì
 16.10 / 18.40

PROVA GRATUITA
 SABATO ORE 16.10
 in altri giorni € 6,50

PROMO CORSI

Lunedì - Mercoledì - Giovedì - Venerdì	18.40
Sabato	16.10 / 17.00

€ 5.50
 a lezione

NUOTO 5-9 ANNI ... SCEGLI IL TUO GIORNO

Lunedì	17.00 / 17.50	Giovedì	17.00 / 17.50 / 18.40
Martedì	17.00 / 17.50 / 18.40	Venerdì	17.00 / 17.50
Mercoledì	17.00 / 17.50 / 18.40	Sabato	11.20 / 12.10 / 16.10 / 17.00

PROVA GRATUITA
 SABATO ORE 10.30
 in altri giorni € 6,50

MARTEDÌ - GIOVEDÌ 17.00 - VASCA 20mt - avanzati - 1 ora - € 8.00 a lezione

PICCOLI GRUPPI € 10.00 A LEZIONE

Gruppo composto al massimo da 6 bambini per sperimentare a 360° l'ambiente acquatico.

Martedì (prin.)	18.40	Giovedì (prin.)	18.40	Sabato (prin. - int.)	10.30
-----------------	-------	-----------------	-------	-----------------------	-------

PRE - SINCRO RAGAZZE 6-10 ANNI

Lunedì - Mercoledì 17.00

PROMO CORSI € 5.50
 a lezione

Lunedì - Venerdì 18.40
 Sabato (prin. - int.) 10.30

TUTTE LE LEZIONI PERSE SONO RECUPERABILI PREVIO UTILIZZO BADGE AD ECCEZIONE DEI PACCHETTI NUOTO ADULTI - ENTRO DATA FINE CORSI