

PROGRAMMA ACQUAFITNESS

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
10,15-11,00	GYM		GAG IN ACQUA ALTA	
11,00-11,45		GAG IN ACQUA ALTA		GYM
12,45-13,30	ACQUA JUMP GYM	GAG IN ACQUA ALTA	GAG IN ACQUA ALTA	BIKE
13,30-14,15	GAG IN ACQUA ALTA GYM IN VASCA PICCOLA	GYM	GYM IN VASCA PICCOLA	GAG IN ACQUA MEDIA
14,15-15,00	ACQUA ARGENTO	GYM	ACQUA ARGENTO	BELT
18,45-19,30	ACQUAFIT&BIKE	GYM	SUPER CIRCUIT STEP	BELT
19,30-20,15	BIKE GAG IN ACQUA ALTA	GYM BELT	GAG IN ACQUA ALTA ACQUA JUMP	GAG IN ACQUA IN MEDIA BELT
20,15-21,00	GYM ACQUA JUMP	BIKE GYM IN VASCA PICCOLA	BELT GAG IN ACQUA MEDIA	ACQUAFIT&BIKE GYM

GYM tonificazione generale in acqua media. **BELT** ginnastica in acqua alta con cinture galleggianti. **G.A.G.** ginnastica in acqua specifica per glutei, addominali e gambe. **ACQUAFIT&BIKE** attività a circuito che combina l'utilizzo di acquafit con le bike. **ACQUA ARGENTO** attività rivolta a persone over 60 che intendo lavorare sulla loro forma psicofisica. **BIKE** pedalata in acqua a ritmo di musica. **SUPER CIRCUIT STEP** Attività aerobica svolta con particolari step collegati a diverse attrezzature (elastici, palla...). Specifico per glutei, addominali e gambe. **ACQUA JUMP** tonificare a tempo di musica glutei e gambe utilizzando un tappeto elastico a circuito.

POSSIBILITÀ DI INGRESSI SINGOLI O SCALARI SU PRENOTAZIONE

TARIFFARIO BALNEAZIONE / NUOTO LIBERO 2015 (VALIDE FINO AL 31/08/2015)

Ingresso Bimbi 0/3 anni compresi	GRATUITO
Ingresso 4/6 anni compresi	€ 4,00
Ingresso Ragazzi fino 14 anni compresi	€ 6,50
Ingresso Adulti	€ 8,00
Ingresso Over 60	€ 6,50
Ingresso Diversamente Abili under 18 anni	GRATUITO
Ingresso Diversamente Abili over 18 anni	€ 5,00
Ingresso Ridotto (serale dalle 18,45)	€ 6,50
Lettino in tela	€ 3,00
Lettino in resina (fino ad esaurimento)	GRATUITO

Ingressi cumulativi INTERI

n. 5 ingressi ADULTO	€ 38,00
n. 10 ingressi ADULTO	€ 75,00*
n. 20 ingressi ADULTO	€ 130,00*
Abb.to Stagionale ADULTO	€ 260,00
n. 10 ingressi RAGAZZI / Over 60	€ 55,00*
n. 20 ingressi RAGAZZI / Over 60	€ 100,00*
Abb.to Stagionale RAGAZZI/Over 60	€ 180,00

N.B.: Tutti gli ingressi cumulativi interi sono validi anche al sabato e festivi

INGRESSO Ridotto PAUSA PRANZO

(solo con ingressi cumulativi)

dalle 12.00 - uscita dall'impianto entro le ore 15.00

INGRESSO Ridotto SERALE

(con entrata nell'impianto dalle ore 18.45)

dalle 19.00 - fino alla chiusura

Ingressi RIDOTTI per fasce orarie

n. 5 ingressi RIDOTTO	€ 32,00
n. 10 ingressi RIDOTTO	€ 55,00*
n. 20 ingressi RIDOTTO	€ 100,00*
Abb. Stagionale RIDOTTO	€ 180,00

SCONTO SOCIO UISP su ingressi singoli

Potrebbero essere presenti centri estivi nell'impianto

Tutti gli ingressi cumulativi in caso di smarrimento

NON sono rimborsabili

Tutti gli abbonamenti ridotti per fasce orarie NON

sono validi i sabato e festivi

* Previste agevolazioni per i residenti dei Comuni di Bomporto.

PREVISTE AGEVOLAZIONI FAMIGLIA

Gestione UISP Modena
P.zza dello Sport n.14 - Bomporto
www.uispmodena.it
Per info:
tel. 059818120
piscinadarsena@uispmodena.it



sportpertutti

Comitato di Modena

TESSERA ASSOCIATIVA
(tariffa agevolata scadenza 31/08/2015)

ADULTO € 8.00

RAGAZZI € 5.00

L'utilizzo della vasca piccola per la balneazione è condizionato dalla presenza dei corsi



SABATO 30 MAGGIO



COMUNE
DI BOMPIPORTO

Tel. 059818120

COMODO PARCHEGGIO
AMPIO PARCO ATTREZZATO
OMBRELLONI GRATUITI
AREA BAR
CAMPO DA STREET BASKET
BEACH VOLLEY / TENNIS
VASCA M. 25X13
VASCA M. 15X6
DOCCE E PHON GRATUITI

Orario di apertura impianto

	Balneazione	Nuoto Libero* (in corsia)
Lunedì	10.00 - 19.30	10.00 - 21.15
Martedì	10.00 - 19.00	10.00 - 21.15
Mercoledì	10.00 - 19.30	10.00 - 21.15
Giovedì	10.00 - 19.00	10.00 - 21.15
Venerdì	10.00 - 19.00	10.00 - 20.30
Sabato	09.00 - 20.00	09.00 - 20.00
Domenica	09.00 - 20.00	09.00 - 20.00

IL PARCO DOVRÀ ESSERE LIBERATO ENTRO LA MEZZ'ORA
SEGUENTE LA CHIUSURA ALLA BALNEAZIONE.

*Si garantisce, compatibilmente con il pubblico in balneazione ed i corsi,
la presenza di almeno una corsia dedicata al nuoto libero

ISCRIZIONI A PARTIRE DA MARTEDÌ 5 MAGGIO

Turni Corsi UISP Modena

1° Turno: dal 08/06 al 05/07 *

2° Turno: dal 06/07 al 02/08 *inizio iscrizioni dal 29/06*

3° Turno: dal 03/08 al 30/08 *inizio iscrizioni dal 27/07*

*Dal 5 Maggio al 29 Maggio la segreteria effettuerà i seguenti orari:

MARTEDÌ E GIOVEDÌ dalle 18.00 alle 20.00 - SABATO dalle 10.30 alle 12.30.