

INIZIO CORSI DAL 18/09

ISCRIZIONI

dal 4/09

1° PERIODO: 18/09 - 23/12

DURATA: 14 SETTIMANE (14/28 lezioni)

DURATA LEZIONI: 45' FITNESS - 45' NUOTO

TESSERA UISP 2023/2024 : obbligatoria

OVER 65: SCONTO 20% (no ACQUAGYMGRANDETA')

OBBLIGO DEL CERTIFICATO MEDICO (dai 6 anni in poi)

NUOTO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
ACQUA BABY (3mesi-2anni) mono 135 €	10.30		10.30			10.30 11.15 15.00
PRIMI PASSI (3-5anni) mono 135 €-bis 225 €	16.40 17.25	16.40 17.25 18.10	16.40	16.40 17.25	16.40 17.25	9.00 9.45 16.30
NUOTO RAGAZZI (da 6 anni) mono 135 €-bis 225 €	17.00 17.45	17.00 17.45	17.00 17.45	17.00 17.45	16.15 17.00	10.30 11.15 15.45 17.15
NUOTO ADULTI (da 15 anni) mono 140 €-bis 230 €	11.15 19.40		11.15	19.40		13.00

**** i bambini a partire dai 6 anni saranno seguiti nello spogliatoio esclusivamente dal nostro personale qualificato ****

PRE-PARTO, LEZIONI PRIVATE, RIEDUCAZIONE MOTORIA E PERSONAL : GIORNI E ORARI SI CONCORDANO IN SEGRETERIA

ACQUANTALGICA **mono 140 €-bis 230 € LUNEDI' h. 11.15 MERCOLEDI' h. 18.25 VENERDI' h. 11.15**

SINCRONIZZATO **mono 195 € SABATO h. 15.00 (dai 6 ai 9 anni , durata 1 h 30 min, con prova d'ingresso)**

PALLANUOTO **mono 140 €-bis 230 € MARTEDI' VENERDI' h. 19.50 (durata 1 ora, maschile e femminile, con prova d'ingresso)**

LUNGA DISTANZA **mono 140 €-bis 230 € MARTEDI' GIOVEDI' h. 18.30 (durata 1 ora)**

GINNASTICA DOLCE **mono 77 € LUNEDI' h. 10.15 (portare tappetino)**

ACQUA FITNESS	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
ACQUAgym mono 140€ - bis 230€	8.45 9.30 19.15	8.45 uni3 9.30	9.30	8.45 18.30	8.45 uni3 9.30
ACQUAbike mono 140€ - bis 230€		19.15			
DOPPIOimpatto mono 140€ - bis 230€ 20' acquaGYM, 20' acquaBIKE, 5' defaticamento	13.00	20.00	19.15		
ACQUAcircuit mono 140€ - bis 230€ 15' acquaGYM, 15' acquaBIKE, 15' step			8.45	13.00 20.00	
ACQUAAtrekking mono 140€ - bis 230€	13.45 20.00		20.00	19.15	
POWERGYM mono 140€ - bis 230€	18.30				
ACQUAgym GRANDETA' mono 99€ - bis 165€		15.00			15.00

NUOTO LIBERO

ingresso singolo	€7
ingresso singolo ridotto (3/13anni- over65)	€5
10 ingressi nominativi scad. 31/08	€65
10 ingressi nominativi ridotti (3/13anni- over65) scad. 31/08	€45
ABBONAMENTO TRIMESTRALE	€155
ABBONAMENTO TRIMESTRALE ridotto (3/13anni- over65)	€115
ABBONAMENTO MENSILE	€60
ABBONAMENTO MENSILE ridotto (3/13anni- over65)	€45

ORARI

dal lunedì al venerdì h 8.30-21.30
sabato h 8.30-19.00
domenica h 9.00-13.00

NON E' CONSENTITO IL NUOTO LIBERO
LUNEDÌ, MERCOLEDÌ, VENERDÌ
DALLE 17.00-18.00

ABBONAMENTO ANNUALE

	1° fam	2° fam
settembre-agosto	€370	€220
ottobre-agosto	€350	€205
novembre-agosto	€330	€190
dicembre-agosto	€310	€175
gennaio-agosto	€290	€160

dal 3° fam. in poi €100

torna la
domenica
famiglia in

17/09-26/05



- * uscita dall'acqua 15 min prima della chiusura dell'impianto
- * NON è consentito il nuoto libero ai bambini di età inferiore ai 12 anni se non accompagnati da maggiorenni
- * cuffia obbligatoria