

Sport e Ambiente

Negli ultimi anni l' UISP sta portando avanti, a tutti i livelli e con sempre maggiore impegno, politiche di sostenibilità ambientale e di sensibilizzazione al rispetto e ad un uso consapevole delle risorse, in particolare attraverso iniziative specifiche all'interno delle manifestazioni ad ampia partecipazione. Ma anche quotidianamente possiamo adottare comportamenti ecologici per migliorare il nostro stile di vita rispettando l'ambiente che ci circonda.

Il decalogo dell' ECO - SPORTIVO

- 1 Usare la bicicletta o fare tratti di strada a piedi aiuta l'ambiente e contribuisce al proprio allenamento.
- 2 Per tratti troppo lunghi meglio usare il mezzo pubblico per raggiungere impianti e manifestazioni sportive.
- 3 Se si usa il mezzo di trasporto privato, cercare di utilizzarne al massimo la capienza: un'auto con 5 persone a bordo inquina meno di cinque motorini.
- 4 Bere l'acqua dell'acquedotto anzichè quella minerale: è buona regola portarsi dietro una borraccia o una bottiglietta vuota.
- 5 Non sprecare l'acqua potabile: ricordarsi sempre di chiudere doccia e rubinetti all'interno degli impianti sportivi.
- 6 Non gettare rifiuti nell'ambiente e raccogliere (quando possibile) quelli abbandonati in parchi e aree naturali.
- 7 Fare la raccolta differenziata (quando possibile) di carta, materiale organico, lattine, bottiglie.
- 8 Per l'acquisto di cibo, bevande, abbigliamento sportivo e quant'altro, privilegiare quei prodotti con il minore imballaggio.
- 9 Evitare schiamazzi e rumori molesti nei parchi e nelle aree naturali: potrebbero disturbare la fauna presente.
- 10 Per correre o giocare nei parchi, boschi e aree naturali utilizzare i sentieri e le aree attrezzate: l'eccessivo calpestio potrebbe danneggiare le specie botaniche presenti.

decalogo a cura dell' AREA AMBIENTE
del Comitato UISP di Firenze

I VANTAGGI PER I SOCI UISP

Tieniti aggiornato sui numerosi vantaggi visitando la sezione dedicata ai SOCI su www.uispfirenze.it



Per usufruire degli sconti riservati ai Soci UISP, è necessario presentare la TESSERA UISP in corso di validità.

HAI UN NEGOZIO?

Diventa negozio convenzionato UISP

Per informazioni: Tel. 055.6583501 firenze@uisp.it

**Per uno spuntino,
un pranzo, una cena,
vieni a trovarci!**

**il movimento stimola
L'APPETITO!**

chef **uisp**



LA TORRE Osteria et Bottega
sp 551 loc. la Torre, 15
50038 Scarperia (FI)
Tel. 055 840 2240



QUISITOCCA nonsolobar
c/o Centro Piscine Mugello
via P. Caiani, 28 - 50038
B.go S.Lorenzo (FI) Tel. 055 8459299



ZENIGATA Ristorante - Pizzeria
American Bar - Live Music
Piazza Piave, 2 - 50018 Scandicci (FI)
Tel. 0552590228 Cell. 3357983266



LE PAVONIERE
Viale degli Olmi - 50144 Firenze
Parco delle Cascine
Tel. 055 362233



VILLA PECORI GIRALDI
P.za Lavacchini, 45 - 50032 B.go S.L. (FI)
Tel. 055 8456230 Cell. 3473352128
info@villapecori.it www.villapecori.it

Piscina



UISP

sportpertutti

Comitato di Firenze

Comunale di REGGELLO

Piazza Don Luigi Sturzo - 50066 Reggello (FI)
Tel. e Fax 055 8696225

stagione 2010-2011



corsi PRIMI PASSI
corsi RAGAZZI
corsi ADULTI
corsi GINNASTICA DOLCE
corsi AQUARIA
corsi ACQUARELAX
NUOTO LIBERO
BALNEAZIONE
PREAGONISMO
CENTRI ESTIVI



COMUNE DI REGGELLO



HEAD

SWIMMING

www.uispfirenze.it

La Piscina Comunale di Reggello con la sua vasca coperta offre la possibilità di svolgere numerose attività natatorie, dai corsi per bambini alla ginnastica in acqua. Inoltre durante il periodo estivo la vasca esterna contornata dal giardino, accoglie coloro che desiderano rinfrescarsi e godersi momenti di relax.

PISCINA COMUNALE DI REGGELLO

Piazza Don Luigi Sturzo - 50066 Reggello (FI)

Tel. e Fax 055 8696225

e-mail: piscinareggello@uispfirenze.it www.uispfirenze.it

Orario Segreteria



Orario

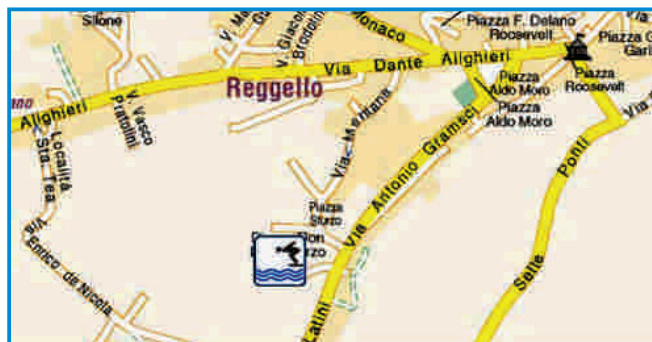
Dal Lunedì al Venerdì
dalle 16.00 alle 19.30

CORSI e ATTIVITA'



- corsi PRIMI PASSI
- corsi AQUARIA
- GINNASTICA DOLCE
- corsi RAGAZZI
- corsi ACQUARELAX
- BALNEAZIONE
- corsi ADULTI
- NUOTO LIBERO
- CENTRI ESTIVI
- PREAGONISMO ASD NUOTO REGGELLO

DOVE



PISCINA COMUNALE DI REGGELLO

Piazza Don Luigi Sturzo - 50066 Reggello (FI)

PRIMI PASSI DA 4 MESI A 4 ANNI

SABATO

dalle 16.00 alle 16.30

CORSO DI NUOTO PER RAGAZZI

Frequenza Bisettimanale (4-14 anni)

LUNEDÌ e GIOVEDÌ

oppure

MARTEDÌ e VENERDÌ

dalle 16.15 alle 17.00

dalle 16.45 alle 17.30

dalle 17.15 alle 18.00

dalle 17.45 alle 18.30

dalle 18.15 alle 19.00

SABATO

Acquaticità (4-10 anni)

dalle 9.15 alle 10.00

dalle 10.00 alle 10.45

CORSO DI NUOTO PER ADULTI

Frequenza Bisettimanale

LUNEDÌ e GIOVEDÌ

dalle 9.50 alle 10.30

dalle 18.50 alle 19.30

dalle 19.20 alle 20.00

MARTEDÌ e VENERDÌ

dalle 13.50 alle 14.30

dalle 18.50 alle 19.30

dalle 19.20 alle 20.00

dalle 19.50 alle 20.30



PREAGONISMO ASD NUOTO UISP REGGELLO

PREAGONISMO MASTER

GINNASTICA DOLCE

In collaborazione con AUSER Reggello
(ATTIVITA' NON IN ACQUA)

LUNEDÌ e GIOVEDÌ

dalle 10.15 alle 11.15

CORSO DI AQUARIA Ginnastica in acqua

LUNEDÌ e GIOVEDÌ

dalle 9.20 alle 10.00

dalle 20.00 alle 20.40

dalle 20.40 alle 21.20

dalle 21.20 alle 22.00

MARTEDÌ e VENERDÌ

dalle 13.20 alle 14.00

dalle 20.30 alle 21.10

MERCOLEDÌ AD INGRESSI

dalle 20.00 alle 20.40

CORSO ACQUARELAX

MARTEDÌ e VENERDÌ

dalle 15.15 alle 15.55

in collaborazione con AUSER
REGGELLO

NUOTO LIBERO

Massimo 15 persone

LUNEDÌ e GIOVEDÌ

dalle 9.30 alle 10.30 (massimo 5 persone)

dalle 13.00 alle 14.00

MARTEDÌ e VENERDÌ

dalle 21.10 alle 22.10

MERCOLEDÌ

dalle 18.00 alle 19.00

dalle 19.00 alle 20.00

SABATO

dalle 16.30 alle 17.30

dalle 17.30 alle 18.30

Ingresso € 5,50

BALNEAZIONE

DOMENICA

dalle 9.00 alle 12.00