

Per informazioni ed iscrizioni

SEGRETERIA orario continuato:

Lunedì, Martedì, Mercoledì e Giovedì 08.30 - 13.30 / 15.30 - 20.30

Venerdì 08.30 - 13.30 / 15.30 - 19.30

Sabato e Domenica chiuso

ISCRIZIONI ESTIVE - TURNO UNICO:

20 MAGGIO (già iscritti) e dal 30 MAGGIO (nuovi iscritti)

IMPORTANTE:

Facilitazioni per chi svolge turni Lavorativi

Alla prima iscrizione tesseramento UISP con copertura assicurativa e tante altre agevolazioni. Ragazzi fino a 16 anni costo tessera € 7,00

Adulti sopra i 16 anni costo tessera € 11,00

LIBERA BALNEAZIONE dal 9 GIUGNO al 25 AGOSTO

Feriali: dal 10 GIUGNO al 2 AGOSTO - Orario: 13.00/17.30

SABATO e FESTIVI - Orario: 10.00/18.00

Dal 3 AGOSTO al 25 AGOSTO tutti i giorni - Orario: 10.00/18.00

I TURNI SONO INDICATIVI, OGNI UTENTE PUO' PERSONALIZZARLI
SECONDO LE PROPRIE NECESSITÀ.



Piscina
Estate 2013



UISP NUOTO SCANDICCI 1982 S.S.D. a r.l.
c/o Piscina Comunale "Le Bagnese"

Via Cassioli, 4 - Scandicci - Tel./Fax 055 2577621 - www.nuotoscandicci.it - nuoto.scandicci@tin.it

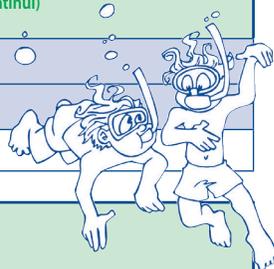
La Piscina - i Corsi Bambini - Ragazzi

• Cuccioli (0-3 anni con genitore in acqua) - (inserimenti continui)

Martedì - Orario: 11.30/12.00 VG - 17.30/18.00 VP

Giovedì - Orario: 11.30/12.00 VG - 17.30/18.00 VP

Abbonamento 5 ingressi € **35,00** - (valido fino al 1 Agosto)



• GiocAcqua (inserimenti continui)

Corso di nuoto per bambini 3-4-5 anni in vasca piccola

Monosettimanale: Lunedì - Orario: 16.30/17.00 VP

1° dal **10/06 - 01/07** 4 lezioni € **22,00**

2° dal **08/07 - 29/07** 4 lezioni € **22,00**

Monosettimanale: Martedì - Orario: 11.00/11.30 VG - 16.30/17.00 VP

1° dal **11/06 - 02/07** 4 lezioni € **22,00**

2° dal **09/07 - 30/07** 4 lezioni € **22,00**

Monosettimanale: Mercoledì - Orario: 16.30/17.00 VP

1° dal **12/06 - 03/07** 4 lezioni € **22,00**

2° dal **10/07 - 31/07** 4 lezioni € **22,00**

Monosettimanale: Giovedì - Orario: 11.00/11.30 VG - 16.30/17.00 VP

1° dal **13/06 - 04/07** 4 lezioni € **22,00**

2° dal **11/07 - 01/08** 4 lezioni € **22,00**

• Corsi di Nuoto per Bambini da 5 a 14 anni (inserimenti continui)

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 10.20/11.00 - VG TUTTI I LIVELLI

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **40,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **40,00**

Bisettimanale: Lunedì e Giovedì - Orario: 16.20/17.00 - 16.50/17.30 VP princ. - 17.20/18.00 - 17.50/18.30 VG

1° dal **10/06 - 04/07** 8 lezioni € **40,00**

2° dal **08/07 - 01/08** 8 lezioni € **40,00**

Monosettimanale: Martedì - Orario: 16.20/17.00 - 16.50/17.30 VP princ.

1° dal **11/06 - 02/07** 4 lezioni € **20,00**

2° dal **09/07 - 30/07** 4 lezioni € **20,00**

Possibilità di fare il trisettimanale o il corso intensivo dal Lunedì al venerdì

Bisettimanale: Martedì e Venerdì - Orario: 17.20/18.00 - 17.50/18.30 VG

1° dal **11/06 - 05/07** 8 lezioni € **40,00**

2° dal **09/07 - 02/08** 8 lezioni € **40,00**

Monosettimanale: Mercoledì - Orario: 16.20/17.00 - 16.50/17.30 VP princ. - 17.20/18.00 - 17.50/18.30 VG

1° dal **12/06 - 03/07** 4 lezioni € **20,00**

2° dal **10/07 - 31/07** 4 lezioni € **20,00**

• Lezioni Individuali I giorni sono a scelta tra:

Lunedì Orario: 10.30/11.00 - 11.00/11.30 - 11.30/12.00 - 12.30/13.00 - VG

Orario: 16.00/16.30 - 16.30/17.00 - 17.30/18.00 - 18.00/18.30 - VP

Martedì Orario: 11.00/11.30 - 11.30/12.00 - 12.30/13.00 - VG

Orario: 16.00/16.30 - 17.30/18.00 - 18.00/18.30 - VP

Mercoledì Orario: 10.30/11.00 - 11.00/11.30 - 11.30/12.00 - 12.30/13.00 - VG

Orario: 16.00/16.30 - 17.00/17.30 - 17.30/18.00 - 18.00/18.30 - VP

Giovedì Orario: 11.00/11.30 - 11.30/12.00 - 12.30/13.00 - VG

Orario: 16.00/16.30 - 17.30/18.00 - 18.00/18.30 - VP

Venerdì Orario: 09.30/10.00 - 10.00/10.30 - 11.00/11.30 - VG

Orario: 17.00/17.30 - 17.30/18.00 - 18.00/18.30 - VP

Costi: € **13,00** a lezione per Bambini - € **16,00** a lezione per Adulti

La Piscina - i Corsi Adulti



• Corsi di Nuoto per Adulti e Over 60

Per chi ha compiuto 60 anni all'atto dell'iscrizione riduzione del 50% in orario 09.00/13.00

Bisettimanale: Lunedì e Giovedì - Orario: 08.45/09.25 - 11.50/12.30 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI

1° dal **10/06 - 04/07** 8 lezioni € **52,00**

2° dal **08/07 - 01/08** 8 lezioni € **52,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 08.45/09.25 - 11.50/12.30 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **52,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **52,00**

• Supercorso Adulti

40 minuti in acqua a tutti i livelli principianti - acquaticità - perfezionamento

Bisettimanale: Lunedì e Giovedì - Orario: 18.30/19.10 - 20.00/20.40 - 20.40/21.20 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI

1° dal **10/06 - 04/07** 8 lezioni € **52,00**

2° dal **08/07 - 01/08** 8 lezioni € **52,00**

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 18.30/19.10 - 20.00/20.40 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI		
1° dal 10/06 - 03/07	8 lezioni	€ 52,00
2° dal 08/07 - 31/08	8 lezioni	€ 52,00
Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 18.30/19.10 - 19.10/19.50 - 20.00/20.40 - 20.40/21.20 - 21.20/22.00 (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI		
1° dal 11/06 - 04/07	8 lezioni	€ 52,00
2° dal 09/07 - 01/08	8 lezioni	€ 52,00
Monosettimanale: Venerdì - Orario: 18.30/19.10 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI		
1° dal 14/06 - 05/07	4 lezioni	€ 26,00
2° dal 12/07 - 02/08	4 lezioni	€ 26,00

• Nuoto Libero	
Lunedì - Orario: 07.00/09.00 - 10.00/13.00 - 21.15/22.30	
Martedì e Giovedì - Orario: 07.00/10.30 - 11.00/13.00	
Mercoledì - Orario: 07.00/09.00 - 10.00/13.00 - 21.15/22.30	
Venerdì - Orario: 07.00/09.00 - 10.00/13.00 - 20.00/22.00	
Abbonamento 5 ingressi	€ 23,00

Vuoi un consiglio tecnico o una scheda di allenamento?

Un tecnico qualificato è sempre a tua disposizione in tutti gli orari.

Per chi ha compiuto 60 anni il costo per 5 ingressi è di € 19.00

L'abbonamento è valido fino al 2 Agosto 2013.

Con l'abbonamento si ha libero accesso nei giorni e orari sopra descritti.

• Nuoto Libero ad ingressi controllati	
Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 20.20/21.10 - 21.10/22.00 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI	
1° dal 11/06 - 04/07	8 lezioni € 32,00
2° dal 09/07 - 01/08	8 lezioni € 32,00
Trisettimanale: Lunedì, Mercoledì, Venerdì - Orario: 19.10/20.00 - (inserimenti continui) - TUTTI I LIVELLI	
1° dal 10/06 - 05/07	12 lezioni € 48,00
2° dal 08/07 - 02/08	12 lezioni € 48,00

La Piscina - i Corsi Speciali

• Corso di ginnastica in acqua per Gestanti

Lunedì e Mercoledì - Orario: 10.20/11.10 VG

Venerdì - Orario: 10.20/11.10 con personale specializzato

Abbonamento 5 ingressi € **40,00** - (valido fino al 2 Agosto)

• Riatletizzazione e ricondizionamento post-traumatico in acqua con personale specializzato

Martedì, Giovedì - Orario: 10.20/11.10 VG

Abbonamento ad ingressi € **12,00** a seduta, minimo consigliato 5 ingressi - (valido fino al 1 Agosto)

La Piscina - il Fitness

• AcquaFitBike la Palestra in acqua

La nuova frontiera del Fitness.

Per chi ha compiuto 60 anni all'atto dell'iscrizione riduzione del 50% in orario 09.00/13.00

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 09.30/10.20 (Max 8 iscritti) - 18.40/19.30 - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **56,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 09.30/10.20 - 11.10/12.00 (Max 10 iscritti) - 18.40/19.30 - 19.30/20.20
20.20/21.10 (Max 12 iscritti) - 21.10/22.00 - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **56,00**

• AcquaFitBike 40 minuti

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 18.00/18.40 - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **48,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 18.00/18.40 - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **48,00**

Monosettimanale: Venerdì - Orario: 18.00/18.40 - (inserimenti continui)

1° dal **14/06 - 05/07** 4 lezioni € **24,00**

2° dal **12/07 - 02/08** 4 lezioni € **24,00**

• AcquaFitBike Dolce (attività leggera)

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 10.20/11.10 - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **56,00**

• Acquawalking (NOVITÀ) - Acquagym - Acquastep Acquagag - Acquaerobica (lezioni a rotazione)

Per chi ha compiuto 60 anni all'atto dell'iscrizione riduzione del 50% in orario 09.00/13.00

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 11.10/12.00 - 18.40/19.30 Aa e Ab - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **56,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: Aa e Ab 09.30/10.20 - 18.40/19.30 - 19.30/20.20
Aa 20.20/21.10

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **56,00**

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 13.40/14.30 Ab Vp

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **56,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 12.50/13.40 - 13.40/14.30 - 14.30/15.20 Ab Vp

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **56,00**

• AcquaFitness 40 minuti

Bisettimanale: Lunedì e Mercoledì - Orario: 18.00/18.40 Aa - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **48,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 18.00/18.40 Aa - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **48,00**

• Acquagym Family

Per le mamme che vogliono tenersi in forma mentre i figli imparano a nuotare

Bisettimanale: Lunedì e Giovedì - Orario: 18.00/18.40 Aa - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 04/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **08/07 - 01/08** 8 lezioni € **48,00**

Bisettimanale: Martedì e Venerdì - Orario: 18.00/18.40 Aa - (inserimenti continui) - (Venerdì solo AFB)

1° dal **11/06 - 05/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **09/07 - 02/08** 8 lezioni € **48,00**

Monosettimanale: Mercoledì - Orario: 18.00/18.40 Aa - (inserimenti continui)

1° dal **12/06 - 03/07** 4 lezioni € **24,00**

2° dal **10/07 - 31/07** 4 lezioni € **24,00**

• Idrobike

Tris o Bis: Lunedì e Mercoledì - Orario: 09.30/10.20 - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **56,00**

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 20.20/21.00 - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **56,00**

• Idrobike 40 minuti

Bisettimanale: Martedì e Giovedì - Orario: 18.00/18.40 - (inserimenti continui)

1° dal **11/06 - 04/07** 8 lezioni € **48,00**

2° dal **09/07 - 01/08** 8 lezioni € **48,00**

• Biathlon (25' acqua gym 25' afb)

Tris o Bis: Lunedì e Mercoledì - Orario: 19.30/20.20 - 20.20/21.10 - (Max 20 iscritti) - (inserimenti continui)

1° dal **10/06 - 03/07** 8 lezioni € **56,00**

2° dal **08/07 - 31/07** 8 lezioni € **56,00**

Monosettimanale: Venerdì - Orario: 18.40/19.30 - (Max 20 iscritti) - (inserimenti continui)

1° dal **14/06 - 05/07** 4 lezioni € **28,00**

2° dal **12/07 - 02/08** 4 lezioni € **28,00**

• Abbonamento Acquagym ad ingressi

Martedì - Orario: 21.10/22.00 (afb)

Mercoledì - Orario: 20.20/21.10 (Biathlon)

Giovedì - Orario: 20.20/21.10 - (afb - acqua gym - idrobike) - 21.10/22.00 (afb)

Venerdì - Orario: 18.40/19.30 (Biathlon)

Abbonamento 5 ingressi € **45,00** - (valido fino al 2 Agosto 2013)