

**DAL 10 GENNAIO AL 31 MARZO 2022**

INFO tel: 0302004108

# CORSI DI NUOTO

## CORSI BABY

**dai 3 mesi a 36/48 mesi (monosettimanale)**

Fasce di età interessate al corso. B1: da 3 a 10 mesi - B2: da 11 a 18 mesi - B3: da 19 a 36 mesi - B+: 3/4 anni con genitori in acqua - SB: 3/4 anni senza genitori in acqua

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI	BABY1	BABY2	BABY3	BABY+	N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03			16,00-16,30 (B2)	16,30-17,00 (B3)		12	€ 123,60
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03	10,30-11,00(B1)		11,00-11,30(B2)			12	€ 123,60
MERCOLEDI'		dal 12/01 al 30/03			16,00-16,30 (B2)	16,30-17,00(B3)	17,30-18,00(B+)	12	€ 123,60
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03	10,40-11,10-11,10-11,40(B1)		16,00-16,30 (B2)	16,30-17,00 (B3)		12	€ 123,60
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03	10,30-11,00(B1)		11,00-11,30(B2)			11	€ 113,30

## CUCCIOLI

**dai 3 anni e mezzo ai 5 anni - altezza min: 1metro (monosettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI					N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03				17,10-18,00	18,00-18,50	12	€ 86,40
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03	14,30-15,20	16,20-17,10		17,10-18,00	18,00-18,50	12	€ 86,40
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03		16,20-17,10		17,10-18,00	18,00-18,50	12	€ 86,40
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03	14,30-15,20	16,20-17,10		17,10-18,00	18,00-18,50	11	€ 79,20
SABATO		dal 15/01 al 26/03		10,00-10,50	10,50-11,40	11,40-12,30		11	€ 79,20

## BAMBINI /RAGAZZI

**dai 6 anni fino ai 17 anni (monosettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI					N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03		16,20-17,10	17,10-18,00	18,00-18,50	18,50-19,40	12	€ 86,40
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03	14,30-15,20	16,20-17,10	17,10-18,00	18,00-18,50		12	€ 86,40
MARTEDI'	11 gennaio	dal 18/01 al 29/03					18,50-19,40	11	€ 79,20
MERCOLEDI'		dal 12/01 al 30/03		16,20-17,10	17,10-18,00	18,00-18,50		12	€ 86,40
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03		16,20-17,10	17,10-18,00	18,00-18,50	18,50-19,40	12	€ 86,40
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03	14,30-15,20	16,20-17,10	17,10-18,00	18,00-18,50	18,50-19,40	11	€ 79,20
SABATO		dal 15/01 al 26/03		10,00-10,50	10,50-11,40	11,40-12,30		11	€ 79,20

## ACQUAGOL

**dai 6 anni agli 17 anni (bisettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI	Pallanuotando	Acquagol	Pallanuotando	Costo	forfettario
MARTEDI'/VENERDI'		dal 11/01 al 29/03		11/13 anni	6/10 anni	età minima 14 anni	23	€ 150,00
MARTEDI'/VENERDI'	11 gennaio	dal 14/01 al 29/03				18,30-19,45	22	€ 144,00

\*L'ACQUAGOL attività ludico/motorio/sportiva rivolta ai bambini dai 6 ai 10 anni  
già in possesso di requisiti natatori di base per un propedeutico avvio alla pallanuoto (da verificarsi in sede di iscrizione)

## PRE-SYNCR0

**per i nati dall'anno 2012 dai 7 anni ai 14 anni (bisettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI	11/14 anni	7/10 anni	Costo	forfettario
LUNEDI'/VENERDI'		dal 10/01 al 28/03		16,15-17,30	17,30-18,45	23	€ 150,00

## PREAGONISTICA NUOTO/CORSI AVANZATI JUNIOR-SENIOR

**dai 6 anni agli 17 anni (mono/bisettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI	Propag. allievi/ragazzi	Preagonistica	propaganda junior/senior	Costo	forfettario
LUNEDI'/GIOVEDI'		dal 10/01 al 31/03		16,00-17,15	17,15-18,30	18,30-19,45	24	€ 155,00
MERCOLEDI'		dal 12/01 al 30/03			17,45-19,00		12	€ 78,00

\*Corsi di specializzazione/evoluzione alla pratica del nuoto preagonistico/agonistico.

LEGENDA: Propaganda allievi/ragazzi(Scuola Secondaria): nati dal 2007 al 2009;  
- Preagonistica (Scuola Primaria): nati dal 2010 al 2014; - Propaganda Juniores (scuola superiore): nati dal 2006 e precedenti

## NUOTO ADULTI

**(monosettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI				N. LEZ	TOT. COSTO	
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03				18,50-19,40	19,40-20,30	12	€ 86,40
MARTEDI'	11 gennaio	dal 18/01 al 29/03				18,50-19,40		11	€ 79,20
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03				18,50-19,40	19,40-20,30	12	€ 86,40
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03				18,50-19,40	19,40-20,30	11	€ 79,20

## NUOTO OVER 55

**(monosettimanale)**

GIORNI	GIORNATE SOSPESSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI				N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03	8,00-8,50		8,50-9,40		12	€ 40,80
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03	8,00-8,50		8,50-9,40		12	€ 40,80

# CORSI DI FITNESS IN ACQUA

## ACQUAGYM OVER 55

(monosettimanale)

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI			N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03			9,50-10,40	12	€ 40,80
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03	8,00-8,50	8,50-9,40		12	€ 40,80
MERCOLEDI'		dal 12/01 al 30/03			9,50-10,40	12	€ 40,80
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03			9,50/10,40	12	€ 40,80
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03	8,00-8,50	8,50-9,40		11	€ 37,40

## FITNESS CON L'USO DI ATTREZZI

in vasca ginnica altezza m 1,10 (monosettimanale)

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI	ACQUA CIRCUIT	HIDROSPIN	N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03			19,40-20,30	12	€ 126,00
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03			7,40-8,30	12	€ 126,00
MARTEDI'	11 gennaio	dal 18/01 al 29/03		18,50-19,40	19,40-20,30	11	€ 115,50
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03		19,40-20,30	13,30-14,20 18,50-19,40	12	€ 126,00
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03			7,40-8,30 12,40-13,30	11	€ 115,50
SABATO		dal 15/01 al 26/03			18,50-19,40 9,00-9,50	11	€ 115,50

## FITNESS IN ACQUA

(monosettimanale)

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	PALESTRA IN ACQUA	ACQUAPILATES	HIDROFIT	ACQUAGAG	ACQUA GYM 3,50	N. LEZ	TOT. COSTO
LUNEDI'		dal 10/01 al 28/03		10,40-11,30 11,30-12,20	14,20-15,10	18,50-19,40 20,30-21,20		12	€ 109,20
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03				8,50-9,40 11,40-12,30		12	€ 109,20
MARTEDI'	11 gennaio	dal 18/01 al 29/03					19,40-20,30	11	€ 100,10
MERCOLEDI'		dal 12/01 al 30/03	8,00-8,50	18,00-18,50				12	€ 109,20
MERCOLEDI'	23 febbraio e 30 marzo	dal 12/01 al 30/03				18,50-19,40 19,40-20,30		10	€ 91,00
GIOVEDI'		dal 13/01 al 31/03			14,20-15,10			12	€ 109,20
VENERDI'		dal 14/01 al 25/03				9,30-10,20 11,40-12,30	19,40-20,30	11	€ 100,10

Le attività GAG, PILATES, HIDROFIT vengono svolte in vasca ginnica altezza m 1,10 mentre PALESTRA IN ACQUA sia in vasca 1,10 m. che in sospensione con cintura galleggiante in vasca da 3,50 m.

## GESTANTI

(trimestrale con utilizzo tessera OPEN 5 ingressi)

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI				Tes. Open	TOT. COSTO
MARTEDI'		dal 11/01 al 29/03		9,45-10,30			n. Ingressi 5	€ 60,00

\* La partecipazione alle lezioni è possibile solo con l'acquisto della tessera open 5 ingressi, previa prenotazione della lezione almeno 24 h prima, l'attività viene svolta in vasca ginnica altezza 1,10mt

## LEZIONE PRIVATA

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI				N. LEZ	TOT. COSTO
TUTTI I GIORNI		dal 10/01 al 31/03	DA CONCORDARE				5	€ 138,00

## FIN ABILITY RIVOLTA A DIVERSAMENTE ABILI

GIORNI	GIORNATE SOSPENSE PER EVENTI SPORTIVI	PERIODO	ORARI				N. LEZ	TOT. COSTO
TUTTI I GIORNI		dal 10/01 al 31/03	DA CONCORDARE				5	€ 100,00

Corso individuale, con tecnici specializzati e certificati nel settore, rivolto ad utenti con diversa abilità intellettiva, sensoriale, fisica.

HIDROSPIN/ACQUAGYM/NUOTO/GESTANTI: lezione singola/lezione di PROVA € 12,50; TESSERA OPEN 10 INGRESSI € 110,00 - scadenza stagionale \*Limitatamente al numero di posti disponibili.

A tutte le tariffe sopra indicate va aggiunta una quota a persona di € 15,00, avente validità annuale dal 1° ottobre 2021 al 30 settembre 2022, per la copertura assicurativa.