

CORSI DI NUOTO 2010/2011

CORSO ACQUATICITA' NEONATALE

Le lezioni sono riservate ai bambini dai nove mesi a 4 anni accompagnati in vasca da un genitore.

Il corso viene svolto per un periodo di 15 settimane

Le lezioni si svolgono una volta a settimana nei seguenti giorni :

- lunedì: ore 18.40 / 19.20; - giovedì: ore 18.40 / 19.20;
- sabato ore 09.40/10.20 - 10.20 / 11.00 - 11.00 / 11.40

CORSO ACQUATICITA' 2006

Le lezioni sono riservate ai bambini nati dal 01.01.2006 al 31.12.2006

Le lezioni si svolgono 2 volte la settimana per un periodo di 16 lezioni nei seguenti giorni:

- Lunedì/giovedì: 19.20/20.00; - martedì/venerdì: 15.00/15.40;
- mercoledì /sabato: 18.05/18.45 - 18.45/19.25.

Costi:

UN FIGLIO: € 108,00

DUE FIGLI: € 198,00 (€ 108,00 + € 90,00)

SCUOLA NUOTO

Possono essere iscritti in scuola nuoto i nati dal 01.01.1996 al 31.12.2005

Le lezioni si svolgono due volte a settimana nei seguenti giorni ed orari:

- | ◆ lunedì/giovedì | martedì/venerdì | mercoledì/sabato |
|------------------|-----------------|------------------|
| ◆ 15.45 / 16.40; | 15.45/16.40 | 15.05/16.00 |
| ◆ 16.25 / 17.20; | 16.25/17.20 | 15.45/16.40 |
| ◆ 17.05 / 18.00; | 17.05/18.00 | 16.25/17.20 |
| ◆ 17.45 / 18.40; | 17.45/18.40 | 17.05/18.00 |

UN FIGLIO: costo di una sess. € 240,00 ;

DUE FIGLI: costo di una sess. € 412,00 (€ 240,00 + € 172,00) ;

TRE FIGLI: costo di una sess. € 536,00 (€ 240,00 + € 172,00 + € 124,00)

Il pagamento può essere diviso in 2 rate con un costo aggiuntivo di € 6,00.

CORSO ADULTI

Le lezioni, della durata di 55 minuti, sono riservate agli adulti dai 16 ai 65 anni, si svolgono due volte a settimana nei seguenti giorni e orari:

- ◆ lunedì / giovedì: 9.45 / 10.40 - 13.25 / 14.20 - 18.25 / 19.20 - 19.05/20.00 - 19.45/20.40 - 20.40 / 21.35 - 21.30 / 22.25;
- ◆ martedì / venerdì : 9.45 / 10.40 - 13.25 / 14.20 - 18.25 / 19.20 - 19.05/20.00- 19.45/20.40 - 20.40 / 21.35 - 21.30 / 22.25;
- ◆ mercoledì / sabato : 7.05 / 8.00 - 9.45 / 10.40.

1 Comp. costo di una sessione € 245,00,

2 Comp. costo di una sessione € 447,00 [€ 245,00 + € 202,00]

La riduzione è riservata ai componenti di uno stesso nucleo familiare conviventi.

Il pagamento può essere diviso in 2 rate con un costo aggiuntivo di € 6,00.

DURATA

Il corso viene svolto dal 20 settembre all' 08 giugno ed è articolato in due sessioni (per un totale di n. 34 lezioni per ogni sessione):

- la prima sessione inizia il 20 settembre e termina il 29 gennaio ;
- la seconda sessione inizia il 31 gennaio e termina l' 8 giugno.

Si effettueranno le seguenti chiusure: 2 novembre '10 - Natale dal 24 dicembre '10 al 2 gennaio '11 - 5-6-7 febbraio '11 - 09-10 aprile '11 - Pasqua dal 22 aprile '11 al 26 aprile '11

AQUAGYM

Le lezioni, della durata di 45 minuti, sono riservate agli adulti (uomini e donne) dai 16 ai 65 anni, si svolgono due volte a settimana nei seguenti giorni e orari:

- ◆ lunedì / giovedì : 7.45 / 8.30, 8.30 / 9.15;
- ◆ martedì / venerdì : 7.45 / 8.30, 13.15 / 14.00, 14.00 / 14.45, 19.35 / 20.20, 20.20 / 21.05,
- ◆ mercoledì / sabato: 08.00/ 08.45.

1 Comp. costo di una sess. € 225,00,

2 Comp. costo di una sess. € 415,00 [€ 225,00 + € 190,00]

La riduzione è riservata ai componenti di uno stesso nucleo familiare conviventi

Il pagamento può essere diviso in 2 rate con un costo aggiuntivo di € 6,00.

GYM NUOTO

Le lezioni, della durata di 55 minuti, sono riservate agli adulti dai 16 ai 65 anni, si svolgono due volte a settimana nei seguenti giorni e orari:

- ◆ lunedì / giovedì: 13.25 / 14.20;
- ◆ martedì / venerdì: 8.30/9.25, 18.40/19.35, 21.05/22.00;
- ◆ mercoledì / sabato: 8.45/9.40, 14.10/15.05

1 Comp. costo di una sessione € 245,00,

2 Comp. costo di una sessione € 447,00 [€ 245,00 + € 202,00]

La riduzione è riservata ai componenti di uno stesso nucleo familiare conviventi.

Il pagamento può essere diviso in 2 rate con un costo aggiuntivo di € 6,00.

NUOTO LIBERO GUIDATO & AQUAGAG CON ABBONAMENTO

Le lezioni, sono riservate agli adulti (uomini e donne) dai 16 ai 65 anni, l'abbonamento viene annullato solo con la presenza al corso.

Le lezioni si svolgono nei seguenti giorni ed orari:

AQUAGAG

- lunedì: dalle 10,00 alle 10,45;
- mercoledì: dalle 20,00 alle 20,45;

NUOTO GUIDATO

- martedì: dalle 08,00 alle 08,55; dalle 09,00 alle 09,55;
- venerdì: dalle 08,00 alle 08,55; dalle 09,00 alle 09,55;

ABBONAMENTO: 10 ingressi € 70,00

15 ingressi € 100,00

€ 10.00 per Assicurazioni e tesseramento per allievo per qualsiasi corso

BENESSERE PSICO-FISICO IN GRAVIDANZA

La ginnastica in acqua può essere svolta per tutta la durata della gravidanza. Il corso ha durata mensile con una frequenza di due volte a settimana nel seguente orario:

- ◆ Martedì e Venerdì dalle ore 9:25 alle ore 10:20

Costo 1 mese

€ 50.00

LEZIONI INDIVIDUALI

Sono pacchetti di 10 lezioni della durata di 45 minuti, vengono svolte generalmente al mattino ad orari da concordare con il responsabile dei corsi.

Il prezzo è in relazione all'attività svolta e allo spazio occupato
N° 10 lezioni da € 200.00 a € 300.00

Per l'iscrizione è necessario consegnare il certificato medico