

PROGRAMMA CORSI dal 11 GIUGNO al 29 LUGLIO 2018

Baby 0/3 anni

Corso di acquaticità con genitore in acqua (coccole cullati dall'acqua riscaldata intorno a 32° per favorire un buon rapporto con questa dimensione).

Lunedì e Giovedì 17.40
Lunedì 16.00

Baby 3/4anni e 5 anni

3/4 anni: Corso di acquaticità con istruttore (attraverso il gioco si impara il galleggiamento e lo scivolamento autonomo).

5 anni: Uno step successivo verso l'inserimento in vasca grande.

Lunedì e Giovedì 16.50 - 17.40 - 18.30

Nuoto per Bambini e Ragazzi

Principianti, perfezionamento e nuotatori.

Lunedì e Giovedì 16.50 - 17.40 - 18.30

Leve

Corsi di nuoto avanzato per l'avviamento all'attività agonistica.

Lunedì e Giovedì 16.50

Nuoto per Adulti - Perfezionamento e Nuotatori

Lunedì e Giovedì 17.40 - 18.30 - 19.20 - 20.10

Nuoto per Adulti - Principianti

Lunedì e Giovedì 19.20
Mercoledì 18.30

Gym & Swim – Potenziamento muscolare

Corso che prevede una seduta di Functional Training in palestra ad una lezione di nuoto

Lunedì-Giovedì (Palestra+Piscina) Dalle 19.20 alle 21.00

SE HAI UN FIGLIO ISCRITTO AD UN CORSO NUOTOCUB

Agevolazioni:

- * Possibilità di accesso al nuoto libero, in orari che coincidono al corso del figlio, per un genitore a tariffa agevolata di €3,20 invece di €6,20
- * Sconto del 20% sulle tariffe della corsistica
- * Possibilità di accesso alla Palestra attrezzata, in orari che coincidono al corso del figlio, per un genitore a tariffa agevolata di €3,20 invece di €5,00
- * Possibilità di accesso ad una lezione di Fitness, in orari che coincidono al corso del figlio, per un genitore a tariffa agevolata di €7,00 invece di €9,10

SE SEI ISCRITTO AD UN CORSO NUOTOCUB

Agevolazioni:

- * Accesso al nuoto libero, a tariffa agevolata di €3,20 invece di €6,20
- * Possibilità di accesso alla Palestra attrezzata a tariffa agevolata di €3,20 invece di €5,00
- * Possibilità di accesso ad una lezione di Fitness a tariffa agevolata di €7,00

CAMPI SPORTIVI NuotoClub PISCINA DI SASSO MARCONI

Dall 11 Giugno al 29 Luglio

dai 4 ai 12 anni

Organizzazione settimanale dal Lunedì al Venerdì
Dalle 8.00 alle 13.00

Programma

- 8,00/9,00 Ritrovo atrio piscina Sasso Marconi
9,00/10,00 Attività sportive varie:
basket, skatboard, escursioni, atletica, attività ricreative, arrampicata, baseball, thai chi, gioco yoga, agility
- 11,00/12,00 Corso di nuoto in base al livello del bambino
- 12,30/13,00 Ritorno a casa

COSTO SETTIMANALE € 55

Sono previsti sconti fratelli e su prenotazioni più settimane
60€ per una sola settimana

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI PRESSO
LA SEGRETERIA DELLA PISCINA

Possibilità di sconti sulle tariffe per le famiglie con reddito ISEE non superiore a 28.000€ annui. Per scoprire come richiedere il contributo consultare il sito <http://sociale.regione.emilia-romagna.it>



REGOLAMENTO

* Obbligo di presentazione del certificato medico di idoneità sportiva.

* Rispettare le zone ad uso ciabatte.

* Non si mangia negli spogliatoi.

* I genitori NON devono sostare sul piano vasca e negli spogliatoi durante le lezioni

* L'ingresso in vasca è consentito solo 5 minuti prima dell'inizio della lezione e 10 minuti prima negli spogliatoi.

* Per gli utenti sono disponibili degli armadietti chiudibili con un lucchetto proprio, sia negli spogliatoi che in vasca.

Lezioni Private

Lezioni con istruttore privato, singole o in gruppo (per un massimo di 4 utenti). Per informazioni Segreteria

Tel. 051 6750722

Solarium

Solarium con lettini per abbronzarsi comodamente vicino casa. Il solarium è aperto negli orari del nuoto libero.



Corsi di riattivazione motoria post interventi, incidenti o periodi di prolungata sedentarietà.

TARIFE - Dal 11 GIUGNO al 29 LUGLIO 2018

	Bisettimanale	Monosettimanale
BAMBINI (fino ai 16 anni)	€85,00	€55,00
ADULTI (dai 16 anni)	€105,00	€60,00

TARIFE SCONTATE

Sconto Del 10% sul 2° familiare.
Sconto del 20% sul 3° familiare.
Sconto per le mamme del 20%.

Alla quota dei corsi va aggiunto il costo della tessera associativa (validità annuale)

COMPLEANNO IN PISCINA

Possibilità di festeggiare il compleanno in piscina tutti i sabati e le domeniche.

€ 110,00 (fino a 15 bambini)

€ 140,00 (dai 16 bambini in su)

Giochi in piscina con i nostri istruttori + utilizzo spazio in tribuna o del solarium a disposizione per rinfresco e torta.

Pulizie comprese.

tel. 051 841760



Attività ad ingressi liberi

Info - Tel. 051 841760

Palestra attrezzata Technogym

Tariffe Ingresso

Ingr. singolo - €5,00

Abb. Mensile - €32,00

Abb. Mensile - €25,00

(con ingresso prima delle 17,00)

Trimestrale - €80,00

Obbligatorio l'utilizzo di scarpe pulite e telo/panca.

Le tariffe possono subire variazioni.

Orari

Lunedì dalle 7.00 alle 21.00

Martedì dalle 12.00 alle 19.30

Mercoledì dalle 10.00 alle 22.00

Giovedì dalle 10.00 alle 21.00

Venerdì dalle 12.30 alle 19.30

Sabato dalle 8.00 alle 17.00

Domenica dalle 9.00 alle 13.00

Fitness

La programmazione settimanale offre lezioni di ginnastica sia in palestra che in acqua, per gli orari consultare il volantino specifico.

* **ABBONAMENTO FIT 360° €70**

Comprende Lezioni di Fitness illimitate (escluso Parinama Yoga), compreso nuoto libero e palestra attrezzata.

Mensile (senza obbligo di rinnovo)

* **PAGAMENTO DELLE SINGOLE LEZIONI** in base alla tariffa (vedi volantino fitness)

* **ABBONAMENTO SPECIALE 8 INGRESSI 55€** (solo attività in acqua con in omaggio un ingresso di attività in palestra a scelta) VALIDO FINO AL 12 AGOSTO

Nuoto Libero

Possibilità di abbonamento o di pagare il singolo ingresso

Orario vasca grande

Lunedì dalle 7.00 alle 21.00

Martedì dalle 12.00 alle 19.30

Mercoledì dalle 10.00 alle 22.00

Giovedì dalle 10.00 alle 21.00

Venerdì dalle 12.30 alle 19.30

Sabato dalle 8.00 alle 17.00

Domenica dalle 9.00 alle 13.00

Piscina & Palestra Comunale di Sasso Marconi

Estate 2018



INFORMAZIONI E ISCRIZIONI CORSISTICA

Segreteria

Lunedì, Mercoledì e Giovedì

dalle 16.30 - 19.30

tel. 051 6750722

Info WhatsApp 3713300144

INFORMAZIONI

Nuoto Libero, Palestra e fitness

Tel. 051 841760

Il nostro impianto è in grado di soddisfare le esigenze di tutta la famiglia.

