



NUOTO GESTANTI

Ciclo di 10 lezioni da 60 minuti. Martedì 14,30 - **Quota per ciclo:** € 210,00

ACQUATICITÀ IN GRAVIDANZA lezioni da 60 minuti

5 incontri monosettimanali con ostetrica specializzata dal 7° mese di gravidanza + 1 incontro dopo 1 mese dal parto con i propri piccoli. **Quota:** € 100,00

NUOTO GENITORE-BAMBINO (dai 4 mesi ai 36 mesi)

Orario inizio corsi: lezioni da 30 minuti

Lunedì, Martedì, Mercoledì, Giovedì, Venerdì: 15,30 - 16,00 - 16,30
Martedì e Venerdì: 10,00 - 10,30 - 11,00 - Sabato: 9,00 - 9,30 - 10,00
10,30 - 11,00 - 12,00 - 14,00 - 15,00 - 15,30 - 16,00
Domenica: 9,00 - 9,30 - 10,00 - 10,30 - 11,00 - 11,30

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 108,00 - bisettimanale: € 205,00

Quota annuale monosettimanale: € 196,00 - bisettimanale: € 392,00

Quota quadrimestrale Domenica: € 115,00

Quota annuale Domenica: € 201,00

NUOTO BABY (dai 3 ai 5 anni)

Orario inizio corsi mono/bisettimanali:

Lunedì, Martedì, Mercoledì, Giovedì, Venerdì - lezioni da 30 minuti in acqua:
16,15 - 16,55 - 17,35 - 18,15
Sabato - lezioni da 30 minuti in acqua: 9,30 - 10,10 - 10,50 - 11,30 - 12,10
14,00 - 14,40 - 15,20 - 16,00

Domenica - lezioni da 30 minuti in acqua: 11,30 - 12,00 - 12,30

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 113,00 - bisettimanale: € 213,00

Quota annuale monosettimanale: € 213,00 - bisettimanale: € 405,00

Quota quadrimestrale Domenica: € 120,00

Quota annuale Domenica: € 218,00

NUOTO RAGAZZI (dai 6 ai 14 anni)

Orario inizio corsi monosettimanali: lezioni da 40 minuti in acqua

Lunedì, Martedì, Mercoledì, Giovedì, Venerdì: 16,45 - 17,30 - 18,15
Sabato: 9,15 - 10,00 - 10,45 - 11,30 - 14,00 - 14,45 - 15,30 - 16,15
Domenica: 10,00 - 10,50 - 11,40

Orario inizio corsi bisettimanali: lezioni da 40 minuti

Lunedì e Giovedì: 16,45 - 17,30 - 18,15
Martedì e Venerdì: 16,45 - 17,30 - 18,15

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 113,00 - bisettimanale: € 213,00

Quota annuale monosettimanale: € 213,00 - bisettimanale: € 405,00

Quota quadrimestrale Domenica: € 120,00

Quota annuale Domenica: € 218,00

PREAGONISMO lezioni da 45 minuti in acqua

Lunedì, Mercoledì e Venerdì: 16,00

Quota quadrimestrale bisettimanale: € 219,00 - trisettimanale: € 263,00

Le tariffe garantiscono:

n°15 lezioni per il corso monosett.; n°30 lezioni per il corso bisett.
Periodo di frequenza: ott. - genn. (1° quadr.); febr. - magg. (2° quadr.).
Per tutti i corsi: € 25 di quota associativa per l'anno sportivo 2019/2020 e consegna di un certificato di idoneità alla pratica sportiva non agonistica (a partire dal 6° anno di età) e l'effettuazione di un elettrocardiogramma a riposo (è possibile prenotare la visita c/o il Centro Sportivo).

ACQUA GOL lezioni da 45 minuti in acqua

Corso bisettimanale: Lunedì e Giovedì: 15,30

Quota quadrimestrale monosettimanale € 135,00 - bisettimanale: € 258,00

NUOTO ADULTI

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: lezioni da 45 minuti in acqua

Da Lunedì a Giovedì: 19,00 - 19,45 - 20,30
Lunedì e Giovedì 10,00 - 10,45 - Martedì e Venerdì 12,30 - 19,00 - 19,45 - 20,30
Sabato: 9,00 - 9,45 - 12,15

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 138,00 - bisettimanale: € 270,00

Quota annuale monosettimanale: € 258,00 - bisettimanale: € 506,00

NUOTO MASTER sedute da 60 minuti in acqua

Quota quadrimestrale bisettimanale: € 270,00

Quota quadrimestrale trisettimanale: € 360,00

Martedì, mercoledì, venerdì: dalle ore 20,30 alle 21,30

NUOTO SENIOR OVER 65

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: lezioni da 45 minuti in acqua

Lunedì e Giovedì: 10,00 - 10,45 - Martedì e Venerdì: 12,30 - 13,30

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 116,00 - bisettimanale: € 230,00

Quota annuale monosettimanale: € 230,00 - bisettimanale: € 440,00

NUOTO INDIVIDUALE In giorni e orari da concordare.

Quota per ciclo di 10 lezioni da 50 minuti: € 250,00

Quota per ciclo di 5 lezioni da 50 minuti: € 135,00

ACQUA SOFT OVER 65

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: lezioni da 45 minuti in acqua

Lunedì e Giovedì: 11,30* - Martedì e Venerdì: 11,30* (* Vasca grande.)

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 138,00 - bisettimanale: € 230,00

Quota annuale monosettimanale: € 230,00 - bisettimanale: € 416,00

ACQUAGYM

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: lezioni da 45 minuti in acqua

Lunedì e Giovedì: 12,15 - 13,00 - 13,45* - 19,00

Martedì: 12,15 - 13,00 - 13,45* - 19,00 - 20,30*

Mercoledì: 19,00 - 19,45* - Sabato: 11,30*

Venerdì: 12,15 - 13,00 - 13,45* - 19,00

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 145,00 - bisettimanale: € 250,00

Quota annuale monosettimanale: € 250,00 - bisettimanale: € 466,00

(* Vasca grande.)

HYDROBIKE

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: lezioni da 45 minuti in acqua

Lunedì: 20,30 - Martedì: 19,45 - 21,15 - Mercoledì: 20,30

Giovedì: 20,30 - 21,15 - Venerdì: 19,45 - Sabato: 13,00

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 170,00 - bisettimanale: € 330,00

ACQUATABATA lezioni da 45 minuti in acqua

Orario inizio corsi mono/bisettimanali: Mercoledì: 13,30* - 19,00* Venerdì: 20,30*

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 195,00 - bisettimanale: € 350,00

CORSI SUBACQUEI

Con autorespiratore.

Corsi subacquei I, II e III livello con rilascio di brevetto internazionale. Corsi aria arricchita, Corsi primo soccorso, Corsi sub per bambini a partire dagli 8 anni.

Apnea: Giovedì: dalle 20,00 alle 22,00

(1 ora teoria, 1 ora di pratica in acqua).

Quota quadrimestrale monosett.: € 260,00

ACQUA CIRCUIT

Orario inizio corsi mono/bisettimanali:

lezioni da 45 minuti in vasca grande

Lunedì e Giovedì: 19,45

Mercoledì 19,00 - Venerdì 20,30 - Sabato 12,15

Quota quadrimestrale monosettimanale: € 170,00

- bisettimanale: € 330,00

NUOTO LIBERO

Lunedì, Martedì, Venerdì: dalle 10,00 alle 15,00*

Mercoledì, Giovedì: dalle 12,00 alle 15,00*

Lunedì, Martedì, Giovedì: dalle 19,00 alle 22,00*

Mercoledì, Venerdì: dalle 19,00 alle 21,30*

Sabato: dalle 12,15 alle 17,00*

Domenica: dalle 9,00 alle 13,00*

Quote:

Ingresso intero ferial (dal Lunedì al Venerdì) € 4,50

Ingresso ridotto ferial (dal Lunedì al Venerdì) € 4,00**

Ingresso intero festivo Sabato e Domenica € 5,50

Ingresso ridotto festivo Sabato e Domenica € 4,50**

Abbonamenti validi dal lunedì al venerdì:

10 ingressi interi: € 40,00 - 10 ingressi ridotti: € 35,00**

10 ingressi relax: € 33,00 - 10 ingressi relax ridotti: € 26,00**

Annuale intero: € 355,00

Annuale ridotto: € 255,00**

10 ingressi interi **festivo:** € 50,00 - 10 ingressi ridotti **festivo:** € 45,00**

* Ora di uscita dalle vasche.

** Ragazzi fino a 11 anni e adulti dai 65 anni.

Gli abbonamenti sono personali e hanno validità trimestrale. Gli abbonamenti festivi sono validi fino al mese di Maggio compreso.

Ingresso relax:

Lunedì, Martedì e Venerdì dalle 10,00 alle 15,00

Mercoledì e Giovedì dalle 12,00 alle 15,00

La Direzione si riserva la facoltà di ridurre le corsie a disposizione, nel caso le attività lo richiedano. La chiusura della cassa è prevista 30 minuti prima dell'uscita dalle vasche.

NUOTO LIBERO BIMBI

VASCA PICCOLA NEONATALE

Lunedì, Martedì, Venerdì: dalle 11,30 alle 15,00* -

Mercoledì e Giovedì: dalle 12,00 alle 15,00*

Sabato: dalle 13,00 alle 14,00*

VASCA MEDIA

Martedì, Venerdì: dalle 11,30 alle 15,00* - Mercoledì: dalle

12,00 alle 15,00* - Sabato: dalle 13,00 alle 14,00*