

CORSO di NUOTO ADULTI

Il nuoto è uno degli sport più completi dal punto di vista del coinvolgimento muscolare e, nello stesso tempo, il meno traumatico.

Per questo motivo è tra le attività fisiche particolarmente consigliate per gli adulti.

Il corso è per tutti i livelli, dal principiante a chi vuole perfezionare gli stili.

Il corso è rivolto agli utenti dai 13 anni in poi.

MARTEDI' dalle 18:30 alle 19:15 – dalle 19:15 alle 20:00

1° periodo: da 01.10.2024 a 28.01.2025 euro 156.00

2° periodo: da 04.02.2025 a 27.05.2025 euro 156.00

MERCOLEDI' dalle 18:30 alle 19:15 – dalle 19:15 alle 20:00

1° periodo: da 02.10.2024 a 29.01.2025 euro 156.00

2° periodo: da 05.02.2025 a 28.05.2025 euro 165.80

GIOVEDI' dalle 18:30 alle 19:15 – dalle 19:15 alle 20:00

1° periodo: da 03.10.2024 a 30.01.2025 euro 156.00

2° periodo: da 06.02.2025 a 29.05.2025 euro 146.20

VENERDI' dalle 18:15 alle 19:00

1° periodo: da 04.10.2024 a 31.01.2025 euro 146.20

2° periodo: da 07.02.2025 a 30.05.2025 euro 146.20

SABATO dalle 9:00 alle 9:45 – 9:45 alle 10:30

1° periodo: da 05.10.2024 a 25.01.2025 euro 146.20

2° periodo: da 01.02.2025 a 31.05.2025 euro 165.80

...UN PO' DI INFORMAZIONI UTILI:

- ✓ Moduli iscrizione e privacy firmati (per i minori firma di entrambi i genitori).
Si possono scaricare dal sito.
- ✓ Quota iscrizione: euro 10,50.
- ✓ Costo badge: euro 3,50.
- ✓ Asciugacapelli: euro 0,20.
- ✓ Obbligo di cuffia e di ciabatte da piscina. E' vietato l'uso dei sovrascarpe.
- ✓ Per la frequenza ai corsi è obbligatorio (dai 6 anni in poi) il certificato medico NON AGONISTICO rilasciato da un medico sportivo e/o dal proprio medico di base.
- ✓ Le lezioni perse non possono essere recuperate.
- ✓ Lezioni sospese:
 - Venerdì 1 novembre 2024
 - da Lunedì 23 dicembre 2024 a Lunedì 6 gennaio 2025 compresi
 - da Giovedì 17 aprile a Martedì 22 aprile 2025 compresi
 - Venerdì 25 aprile 2025
 - Giovedì 1 maggio 2025

Per informazioni:

www.piscineitalcementi.org

info@piscineitalcementi.org

Telefono: 035 251171