

REGOLAMENTI

Tutti i frequentatori della piscina sono tenuti a leggere e rispettare i regolamenti Impianto, Corsi e Covid-19.
I regolamenti sono affissi in reception o sulla pagina web della piscina sul sito: <http://www.azzurrapiscine.it>

PERCORSO NASCITA

STAGIONE INVERNALE 2022-23



AZZURRA

www.azzurrapiscine.it

Piscina di Bastia Umbra

Via Hocheberg, Bastia Umbra (PG)

bastia@azzurrapiscine.it

075/8003941

NUOTO PER GESTANTI

Corso di acqua motricità per gestanti tenuto dalla dott.ssa ostetrica Sara Pannacci. Ogni incontro si propone di mantenere e/o ottenere il benessere in gravidanza attraverso il mantenimento del tono muscolare e il sollievo dai classici disturbi dei 9 mesi (mal di schiena, sciatalgia, iper glicemia, disturbi della circolazione). Altra peculiarità degli incontri é quella di svolgere un lavoro propedeutico al travaglio e parto attraverso lavori mirati e specifici che volgono a preparare la mamma al suo speciale evento. Validità 2 mesi.

Quota di iscrizione annuale	11,00 €		
Orari	Attività presso la piscina di Ponte San Giovanni		
Durata del corso	1 Lezione	4 Lezioni	8 Lezioni
Tariffe	17,00 €	55,00 €	88,00 €

ACQUA BABY

Acquaticità neonatale per favorire lo sviluppo di importanti aspetti della personalità del bambino, ma anche occasione per sensibilizzare i genitori al delicato e appassionante tema dell'infanzia. Un'esperienza natatoria ludico-educativa, sia per i genitori che per i bambini, dalla quale risultano arricchiti entrambi. Da 0 a 3 anni. Validità annuale.

Quota di iscrizione annuale	11,00 €		
Giorni di lezione	Mercoledì 18.00 - 18.30 (0-18 mesi) Mercoledì 18.30 - 19.00 (18-36 mesi) Sabato 9.00 - 9.30 (0-18 mesi) Sabato 9.30 - 10.00 (18-36 mesi)		
Durata del corso	1 Lezione	4 Lezioni	8 Lezioni
Tariffe	17,00 €	55,00 €	88,00 €

PRENOTAZIONE WHATSAPP : 335.5243597

PROMEMORIA DEL CORSO SCELTO

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato

SCOPRI LE NOSTRE ATTIVITA' E I CORSI A PARTIRE DA I 3 ANNI FINO AGLI OVER 60, PER IMPARARE A NUOTARE, TENERSI IN FORMA E MIGLIORARE LE CONDIZIONI FISICHE, CHIEDI MAGGIORI INFORMAZIONI IN RECEPTION.

SCUOLA NUOTO BAMBINI

Corsi di nuoto a livello elementare, intermedio e di perfezionamento. Si riduce progressivamente lo spazio dedicato al gioco a favore dell'insegnamento dei fondamentali tecnici propri di ogni nuotata. Indicato per la crescita, lo sviluppo psicomotorio del bambino e l'acquisizione di abilità e conoscenze relative all'ambiente acquatico. Età da 3 a 14 anni. Brochure arancione

AQUAFITNESS

Tanti corsi diversi a corpo libero e con attrezzi per tonificare, rassodare, migliorare l'attività cardio circolatoria e tanto altro. Scopri tutte le nostre attività di aquafitness nella brochure rossa.

Tutti i corsi sono tenuti da istruttori qualificati FIN, insegnanti di Educazione Fisica, diplomati ISEF, in possesso di specializzazioni rilasciate dalla Federazione Italiana Nuoto.