

## REGOLAMENTI

Tutti i frequentatori della piscina sono tenuti a leggere e rispettare i regolamenti Impianto e Corsi.

I regolamenti sono affissi in reception o sulla pagina web della piscina sul sito: <http://www.azzurrapiscine.it>

1° TRIMESTRE	NUMERO LEZIONI
<b>LUNEDI E GIOVEDI</b>	
1° CICLO : 18.09.23 AL 12.10.23	8
2° CICLO : 16.10.23 AL 09.11.23	8
3° CICLO : 13.11.23 AL 14.12.23	10
<b>MARTEDI E VENERDI</b>	
1° CICLO : 19.09.23 AL 13.10.23	8
2° CICLO : 17.10.23 AL 10.11.23	8
3° CICLO : 14.11.23 AL 19.12.23	10

# SCUOLA NUOTO ADULTI

## STAGIONE INVERNALE 2023



# AZZURRA

[www.azzurrapiscine.it](http://www.azzurrapiscine.it)

**Piscina di Ponte S.Giovanni**

Via G.Lunghi 24, Ponte San Giovanni (PG)

[pontesg@azzurrapiscine.it](mailto:pontesg@azzurrapiscine.it)

075.5996936 - 393.9080138

## PERSONAL SWIM

Lezioni di Scuola Nuoto private, dedicate a tutti coloro che desiderano un istruttore a loro completa disposizione.

Quota di iscrizione annuale	11,00 €		
Giorni e orari lezioni	Da concordare con l'istruttore		
Tariffe	1 Lezione	5 Lezioni	10 Lezioni
Promo prime lezioni private 1 persona *	-	99,00 €	-
Lezione per una persona	28,00 €	127,00 €	220,00 €
Lezione in due persone	24,00 €	110,00 €	204,00 €
Lezione in tre persone	22,00 €	99,00 €	176,00 €

\* Questa promozione è valida solo la prima volta che si utilizzano le lezioni private per provare il servizio.

## SCUOLA NUOTO ADULTI

Corsi di nuoto a partire dal livello elementare, intermedio e di perfezionamento per adulti a partire da 15 anni senza limiti di età. Il corso è indicato per chi deve imparare a nuotare, per chi vuole perfezionarsi o tenersi in forma.

Quota di iscrizione annuale	22,00 €	
Giorni di lezione	Lunedì e Giovedì	Martedì e Venerdì
Orari di lezione	19.00 - 19.45 19.45 - 20.30	19.00 - 19.45

Durata	1° CICLO	2° CICLO	3° CICLO
<b>PROMO</b> Mensile bisettimanale	<del>85€</del> <b>76€</b> (8 lezioni)	<del>85€</del> <b>76€</b> (8 lezioni)	<del>95€</del> <b>85€</b> (10 lezioni)
<b>PROMO</b> Mensile monosettimanale	<del>60€</del> <b>54€</b> (4 lezioni)	<del>60€</del> <b>54€</b> (4 lezioni)	<del>65€</del> <b>58€</b> (5 lezioni)
<b>PROMO</b> Periodo settembre/dicembre Bisettimanale	<del>240€</del> <b>205€</b> (26 lezioni)		
<b>PROMO</b> Periodo settembre/dicembre Monosettimanale	<del>170€</del> <b>145€</b> (13 lezioni)		

## RIEDUCAZIONE FUNZIONALE

Attività in acqua a supporto delle terapie riabilitative e alla fisioterapia per migliorare il recupero funzionale sia a livello neurologico che ortopedico, per ridurre eventuali limitazioni funzionali.

Quota di iscrizione annuale	11,00 €		
Giorni e orari lezioni	Da concordare con l'istruttore		
Durata delle lezioni	1 Lezione	5 Lezioni	10 Lezioni
Tariffe	39,00 €	165,00 €	253,00 €

## ANNI D'ARGENTO

Attività motoria in acqua riservata agli over 60. In collaborazione con l'associazione coordinamento centri socio culturali di Perugia. E' una proposta semplice e divertente che comprende esercizi di idro-ginnastica, rilassamento, potenziamento ed elasticità.

Giorni e orari	Lunedì e Giovedì 10.00 - 11.00 / 11.00 - 12.00
----------------	---

## PROMEMORIA DEL CORSO SCELTO

ORARIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato

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