

## REGOLAMENTI

Tutti i frequentatori della piscina sono tenuti a leggere e rispettare i seguenti regolamenti

Regolamento Impianto	
Regolamento Covid-19	
Regolamento Corsi	

*Per maggiori informazioni chiedere in reception.*

# SCUOLA NUOTO ADULTI

## STAGIONE INVERNALE 2020/2021



# 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

## PERSONAL SWIM

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

Quota di iscrizione annuale	10,00 €		
Giorni e orari lezioni	Da concordare con l'istruttore		
Tariffe	1 Lezione	5 Lezioni	10 Lezioni
Lezione per una persona	25,00 €	115,00 €	200,00 €
Lezione in due persone	22,00 €	100,00 €	185,00 €
Lezione in tre persone	20,00 €	90,00 €	160,00 €

## 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	20,00 €		
Giorni di lezione	Lunedì e Giovedì	Martedì e Venerdì	Sabato avanzato
Orari di lezione	19.15 - 20.00 20.00 - 20.45	19.15 - 20.00 20.00 - 20.45	20.00 - 20.45

Durata	4 Lezioni	8 Lezioni	16 Lezioni	32 Lezioni	24 Lezioni *
Tariffe	52,00 €	72,00 €	172,00 €	222,00 €	182,00 €

\* Il trimestre è acquistabile solo a inizio corsi, nei mesi di ottobre e marzo (24 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	10,00 €		
Giorni e orari lezioni	Da concordare con l'istruttore		
Durata delle lezioni	1 Lezione	5 Lezioni	10 Lezioni
Tariffe	35,00 €	150,00 €	230,00 €

## 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.