



## SCUOLA NUOTO ADULTI

STAGIONE INVERNALE 2024

PISCINA DI PONTE SAN GIOVANNI

VIA LUNGHY 23, PONTE SAN GIOVANNI (PG)

393/9080138 - 075/5996936



REGOLAMENTO IMPIANTO



REGOLAMENTO CORSI



**PER RESTARE SEMPRE AGGIORNATI**

**VISITATE IL NOSTRO SITO: [azzurrapiscine.it](http://azzurrapiscine.it)**

Tutti i frequentatori sono tenuti a leggere il Regolamento Impianto e Corsi Affisso in piscina e alla reception, o consultabile sul nostro sito internet.

### SCUOLA NUOTO ADULTI

Corsi di nuoto a partire dal livello elementare, intermedio e di perfezionamento per adulti senza limiti di età. Il corso è indicato per chi deve imparare a nuotare, per chi vuole perfezionarsi o tenersi in forma. Le lezioni hanno una durata di 45 minuti.

QUOTA DI ISCRIZIONE ANNUALE: 22€

**GIORNI E ORARI DI LEZIONE:**

LUNEDI E GIOVEDI: 19.15, 20.00

MARTEDI E VENERDI: 19.15

**DURATA DEL CORSO E COSTO:**

MENSILE MONOSETTIMANALE: 60€

MENSILE BISETTIMANALE: 85€

BIMESTRE MONOSETTIMANALE: 110€

BIMESTRE BISETTIMANALE: 155€

QUADRIMESTRE MONOSETTIMANALE: 200€

QUADRIMESTRE BISETTIMANALE: 280€

## PERSONAL SWIM

Lezioni di Scuola Nuoto private, dedicate a tutti coloro che desiderano un istruttore a loro completa disposizione. Le lezioni possono essere fatte anche insieme a due o tre persone scelte dal cliente e hanno una durata di 45 minuti.

QUOTA DI ISCRIZIONE ANNUALE: 11€

### GIORNI E ORARI DI LEZIONE:

DA CONCORDARE CON L'ISTRUTTORE

### DURATA DEL CORSO E COSTO:

1 LEZIONE/1 PERSONA: 28€ - 5 LEZIONI/1 PERSONA: 127€ - 10 LEZIONI/1 PERSONA: 220€

1 LEZIONE/2 PERSONE: 24€ - 5 LEZIONI/2 PERSONE: 110€ - 10 LEZIONI/2 PERSONE: 204€

1 LEZIONE/3 PERSONE: 22€ - 5 LEZIONI/3 PERSONE: 99€ - 10 LEZIONI/3 PERSONE: 176€

**N.B. Le tariffe con 2 o 3 persone sono da intendersi applicate ad ogni singolo partecipante.**

**PROMO:** Per la prima volta che si utilizzano le lezioni private è possibile acquistare un pacchetto da 5 lezioni a 99€

## 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€

### GIORNI E ORARI DI LEZIONE:

DA CONCORDARE CON L'ISTRUTTORE

### DURATA DEL CORSO E COSTO:

1 LEZIONE: 39€

5 LEZIONE: 165€

10 LEZIONI: 253€

## GINNASTICA DOLCE / ANNI D'ARGENTO

Attività motoria in acqua riservato agli over 60. È una proposta semplice e divertente che comprende esercizi di idro-ginnastica, rilassamento, potenziamento ed elasticità.

QUOTA DI ISCRIZIONE ANNUALE: non applicata

### GIORNI E ORARI DI LEZIONE:

LUNEDI E GIOVEDI: 10.00, 11.00

### DURATA DEL CORSO E COSTO:

CHIEDERE IN SEGRETERIA