

PROGRAMMA PISCINA COPERTA 3-30 GIUGNO 2026

CORSO ACCELERATO DI NUOTO (6-14 anni) • dal 15 giugno

5 lezioni di 60' • €40

Dal lunedì al venerdì 09.00-10.00

ACQUA FITNESS

PACCHETTI A SCALARE • 10 ingressi €100 • 5 ingressi €55

LUN	MAR	MER	GIO	VEN
9.45-10.30		9.45-10.30		9.45-10.30
	12.45-13.30		12.45-13.30	
18.15-19.00		18.15-19.00		18.15-19.00

PERSONAL TRAINING

Lezione singola €25 • pacchetto 5 lezioni €100

Giorni e orari da concordare

NUOTO LIBERO

Ingresso intero* €6 ridotto €3,50

Abbonamento 10 ingressi* intero €45 ridotto €29 • Annuale €350

LUN	MAR	MER	GIO	VEN
9.00-19.00	9.00-21.00	9.00-19.00	9.00-21.00	9.00-19.00

***non utilizzabile nelle piscine esterne**

CENTRO ESTIVO (6-14 anni) • dal 15 giugno

Dal lunedì al venerdì • €75

08.30-09.00 Accoglienza

09.00-10.00 Corso accelerato di nuoto

10.00-10.30 Merenda

10.30-11.30 Giochi e attività sportive

11.30-12.30 Giochi in acqua

12.30-13.00 Riconsegna

Equipaggiamento richiesto

- Abbigliamento pratico: t-shirt, pantaloncini, scarpe da ginnastica, felpa, giubbotto
- Un cambio completo
- Cappellino con visiera
- Crema solare
- Scarpe da ginnastica
- Ciabatte in gomma o plastica pulite
- Costume (si sconsigliano boxer e due pezzi, preferire slip e interi). Chi preferisce può utilizzare una muta

ATTENZIONE: si raccomanda di contrassegnare tutto il materiale (indumenti, accessori, attrezzi) con nome e cognome per evitare scambi o smarrimenti

QUOTA DI ISCRIZIONE (validità 12 mesi) €25

Card phon/docce €6,00 • 1 credito €0,40

PROGRAMMA PISCINA COPERTA 3-30 GIUGNO 2026

ACQUA FITNESS • Attività motorie acquatiche in verticale • Non è necessario saper nuotare

- ACQUA GYM: ginnastica in acqua a basso impatto per mobilizzazione articolare e tonificazione muscolare
- ACQUA AEROBICA: ginnastica in acqua coreografata a medio impatto per miglioramento delle capacità aerobiche

EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO

- **Certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica rilasciato da un medico sportivo o dal medico o pediatra di base. Non è ammessa autocertificazione**
- Cuffia in materiale sintetico
- Costume in materiale sintetico idoneo all'attività natatoria (non ammessi boxer o bikini da spiaggia)
- Ciabatte di plastica

INFORMAZIONI GENERALI

- Dimensioni vasche: vasca grande m. 25x12,50 • vasca piccola m. 6,60x6,60
- Profondità vasche: vasca grande m. 1,40-1,80 • vasca piccola m. 0,60
- Temperatura dell'acqua: vasca grande 28-29°C • vasca piccola 30-31°C
- **Tariffa ridotta nuoto libero: minori di 14 anni • maggiori di 65 anni • persone con disabilità certificata**
- Negli orari di maggiore affollamento del nuoto libero sarà data precedenza agli abbonati
- La quota di iscrizione comprende il tesseramento alla Federazione Italiana Nuoto e una copertura assicurativa multirischi presso Unipol SPA