



aquatica

STAGIONE 2021-2022

6 settembre 2021 - 11 giugno 2022

NUOTO ASSOCIATIVO	
da lunedì a venerdì	dalle 07.00 alle 09.00 dalle 12.00 alle 13.30 dalle 13.00 alle 14.30 dalle 17.00 alle 18.30 dalle 18.30 alle 20.00 dalle 20.00 alle 21.30
sabato	dalle 09.30 alle 11.00 dalle 10.30 alle 12.00 dalle 11.30 alle 13.00 dalle 12.30 alle 14.00
domenica	dalle 09.30 alle 11.00 dalle 10.30 alle 12.00

CORSO NUOTO ADULTI *	
lunedì e giovedì	dalle 08.30 alle 09.20 dalle 19.00 alle 19.50
martedì e venerdì	dalle 13.00 alle 13.50
sabato	dalle 09.00 alle 09.50

CORSO GESTANTI *	
lunedì e giovedì	dalle 08.30 alle 09.20 dalle 19.00 alle 19.50
martedì e venerdì	dalle 13.00 alle 13.50
sabato	dalle 10.00 alle 10.50

LEZIONI INDIVIDUALI	
PRENOTAZIONI PRESSO LA RECEPTION	

ACQUAFITNESS (acquagym - acquabike - acquatrek - circuito) *						
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
07.30	BIKE	GYM		TREK	GYM	09.15 BIKE
12.00		BIKE			TREK	10.15 TREK
13.00	GYM	GYM	GYM	GYM	GYM	11.15 CIRCUITO
17.00	GYM	TREK	GYM	BIKE	GYM	12.15 GYM
18.00	TREK		CIRCUITO		BIKE	
19.00	GYM	GYM	GYM	GYM	GYM	

ACQUATICITA' NEONATALE (da 40gg. A 36 mesi) *						
	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
09.30		12-18 mesi		3-9 mesi		08.30 12-18 mesi
10.30		6-12 mesi		12-18 mesi		09.10 6-12 mesi
11.30		40gg.-6 m.		6-12 mesi		09.10 24-36 mesi
16.00	3-6 mesi		40gg.-5 m.		3-9 mesi	09.50 3-9 mesi
16.40	18-24 mesi	9-16 mesi	6-12 mesi	3-6 mesi	18-24 mesi	10.30 18-24 mesi
17.20	6-12 mesi	24-36 mesi	18-24 mesi	9-18 mesi	6-12 mesi	11.00 24-36 mesi
18.00	12-18 mesi	16-24 mesi		24-36 mesi	12-18 mesi	11.10 12-18 mesi
						11.50 18-24 mesi
						12.30 9-16 mesi

ACQUALANDIA (3-5 anni)	
da lunedì a venerdì	dalle 17.15 alle 18.00
martedì - giovedì	dalle 18.00 alle 18.45
	dalle 09.15 alle 10.00
sabato	dalle 10.15 alle 11.00 dalle 11.15 alle 12.00

CORSO NUOTO (6-16 anni)	
da lunedì a venerdì	dalle 17.00 alle 17.50 dalle 18.00 alle 18.50
	dalle 09.00 alle 09.50
sabato	dalle 10.00 alle 10.50 dalle 11.00 alle 11.50

PALLANUOTO ACQUAGOL (nati 2010-2011-2012 e successivi)	
lunedì - mercoledì venerdì	dalle 17.00 alle 18.00

SCUOLA DI PALLANUOTO (nati 2004 - 2009 compresi)	
martedì - giovedì	dalle 15.45 alle 17.00

CORSO NUOTO SINCRONIZZATO (nati 2012-2013-2014-2015)	
lunedì - giovedì	dalle 17.00 alle 18.00

CORSO NUOTO SINCRONIZZATO (nati 2011 e precedenti)	
martedì - venerdì	dalle 17.00 alle 18.00

*** VASCHETTA NEONATALE - ACQUAFITNESS - CORSO GESTANTI - CORSO NUOTO ADULTI**

Le lezioni si prenotano sull'app Sportclubby, fino a sei ore prima dell'orario di attività scelto
Le lezioni possono essere disdettate sull'app Sportclubby fino a sei ore prima dell'orario di attività prenotato
La Società si riserva di non svolgere la lezione in assenza di un numero minimo di partecipanti.
In tal caso, automaticamente, l'app Sportclubby riaccrediterà la lezione

Al momento dell'iscrizione è necessario presentare:
certificato medico di idoneità - copia di un documento di identità