

PROGRAMMAZIONE CORSI



GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
CORSI	ORARI INIZIO							
CUCCIOLI-03/36 MESI DURATA LEZIONE 30'				10:00 03/08MS			09:15 24/36MS	10:00 03/08MS
				10:30 06/12MS			09:45 13/24MS	10:30 06/12MS
				17:30 13/24MS			10:15 03/08MS	11:00 13/24MS
				18:00 24/36MS			10:45 06/12MS	11:30 24/36MS
							11:15 13/24MS	
							11:45 24/36MS	
BABY-3/5 ANNI DURATA LEZIONE 30'		17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	09:15	
		17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	09:45	
		18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	10:15	
							10:45	
							11:15	
							11:45	

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
CORSI	ORARI INIZIO							
BAMBINI-6/10 anni DURATA LEZIONE 45'		16:45	17:00	17:00	16:45	17:00	09:00	
		17:30	17:45	17:45	17:30	17:45	09:45	
							10:30	
							15:00	
						15:45		
RAGAZZI-11/15 anni DURATA LEZIONE 45'		16:00	18:00	17:00	16:00	18:00	11:15	
		18:15			18:15			
ADULTI->16 anni DURATA LEZIONE 45'		09:00	19:15	19:15	09:00	19:15		
		09:45			09:45			
		10:30			10:30			
ADULTI ADVANCED>16 anni DURATA LEZIONE 60'		09:00			09:00			
		10:00			10:00			
		19:00			19:00			
		20:00			20:00			

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
CORSI	ORARI INIZIO						
SPECIALIST-NUOTO7 (60')		16:45			16:45		
SPECIALIST-NUOTO10 (75')		17:45			17:45		09:45
							11:00
							15:00
SPECIALIST-SYNCO7 (60')			17:00		17:00		
SPECIALIST-SYNCO10 (75')			18:00		18:00		
SPECIALIST-PALLANUOTO7 (60')				17:00			12:15
SPECIALIST-PALLANUOTO10 (75')				18:00			12:15
SPECIALIST- MULTI H2O (60')		18:00	16:00		18:00	16:00	11:15
			19:15			19:15	

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
CORSI	ORARI INIZIO					
IN-AGYM (45')		09:15			09:15	
		10:00			10:00	
IN AGYM-DOLCE (45')				10:30		10:30
IN WATER ENERGY (45')			13:00			
IN HBIKE (45')		13:15		20:15	13:15	
IN ACIRCUIT (45')		19:00	19:15	11:15	19:00	19:15
IN SPECIALFITNESS (60')		19:45		19:15	19:45	



PROGRAMMAZIONE CORSI



GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
CORSI	ORARI INIZIO							
CUCCIOLI-03/36 MESI DURATA LEZIONE 30'				10:00 03/08MS			09:15 24/36MS	10:00 03/08MS
				10:30 06/12MS			09:45 13/24MS	10:30 06/12MS
				17:30 13/24MS			10:15 03/08MS	11:00 13/24MS
				18:00 24/36MS			10:45 06/12MS	11:30 24/36MS
							11:15 13/24MS	
							11:45 24/36MS	
BABY-3/5 ANNI DURATA LEZIONE 30'		17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	09:15	
		17:30	17:30	17:30	17:30	17:30	09:45	
		18:00	18:00	18:00	18:00	18:00	10:15	
							10:45	
							11:15	
							11:45	

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
CORSI	ORARI INIZIO							
BAMBINI-6/10 anni DURATA LEZIONE 45'		16:45	17:00	17:00	16:45	17:00	09:00	
		17:30	17:45	17:45	17:30	17:45	09:45	
							10:30	
							15:00	
						15:45		
RAGAZZI-11/15 anni DURATA LEZIONE 45'		16:00	18:00	17:00	16:00	18:00	11:15	
		18:15			18:15			
ADULTI->16 anni DURATA LEZIONE 45'		09:00	19:15	19:15	09:00	19:15		
		09:45			09:45			
		10:30			10:30			
ADULTI ADVANCED>16 anni DURATA LEZIONE 60'		09:00			09:00			
		10:00			10:00			
		19:00			19:00			
		20:00			20:00			

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
CORSI	ORARI INIZIO						
SPECIALIST-NUOTO7 (60')		16:45			16:45		
SPECIALIST-NUOTO10 (75')		17:45			17:45		09:45
							11:00
							15:00
SPECIALIST-SYNCO7 (60')			17:00		17:00		
SPECIALIST-SYNCO10 (75')			18:00		18:00		
SPECIALIST-PALLANUOTO7 (60')				17:00			12:15
SPECIALIST-PALLANUOTO10 (75')				18:00			12:15
SPECIALIST- MULTI H2O (60')		18:00	16:00		18:00	16:00	11:15
			19:15			19:15	

GIORNI		LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
CORSI	ORARI INIZIO					
IN-AGYM (45')		09:15			09:15	
		10:00			10:00	
IN AGYM-DOLCE (45')				10:30		10:30
IN WATER ENERGY (45')			13:00			
IN HBIKE (45')		13:15		20:15	13:15	
IN ACIRCUIT (45')		19:00	19:15	11:15	19:00	19:15
IN SPECIALFITNESS (60')		19:45		19:15	19:45	



PROGRAMMAZIONE CORSI



NUOTO GUIDATO	ORARI APERTURA					
	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	*07:00	*09:00	12:00	14:30		
MARTEDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30	20:00	21:30
MERCOLEDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30		
GIOVEDÌ	*07:00	*09:00	12:00	14:30		
VENERDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30	20:00	21:30
SABATO	12:00	17:00				
DOMENICA	09:00	18:00				

* DALLE 07:00 ALLE 09:00 ACCESSO TRAMITE ABBONAMENTO



SEGRETERIA	ORARI APERTURA			
	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
MARTEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
MERCOLEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
GIOVEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
VENERDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
SABATO	08:30	17:00		
DOMENICA	08:30	18:00		



PALESTRA	ORARI APERTURA	
	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	07:00	21:30
MARTEDÌ	09:00	21:30
MERCOLEDÌ	07:00	21:30
GIOVEDÌ	09:00	21:30
VENERDÌ	07:00	21:30
SABATO	09:00	17:00
DOMENICA	09:00	13:00



CONSIGLI

- Per una corretta attività motoria si consiglia almeno una frequenza bisettimanale.
- A partire dagli 8 anni, i bambini si preparano per i relativi corsi negli spogliatoi, senza l'aiuto dei genitori

INFORMAZIONI UTILI

- Si richiede obbligatoriamente il certificato di idoneità sportiva non agonistica secondo quanto previsto dal dm 24.04.2013 del Ministero della Salute, per adulti e minori di età superiore agli anni 6 (sei).
- Per accedere all'area fitness è obbligatorio sostituire le calzature utilizzate all'esterno.
- Per accedere alle piscine e agli spogliatoi è obbligatorio l'uso di calzature idonee, con suola antiscivolo.
- Gli spogliatoi sono dotati di armadietti con chiusura a lucchetto personale. È possibile acquistare il lucchetto in reception.
- I tempi delle lezioni di nuoto sono comprensivi di appello, vestizione e gestione cambio turno. La lezione effettiva in acqua avrà una durata inferiore a quella indicata.
- I corsi sono proposti con frequenza, durata e tariffe previsti nella programmazione e nel calendario esposti al pubblico. La Direzione si riserva il diritto di modificare il planning corsi e gli orari in base alle necessità organizzative.
- Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno e la quota del corso sarà ricalcolata in funzione delle lezioni mancanti.
- Il ritiro parziale o totale dalle attività non dà diritto ad alcun rimborso.
- Le lezioni perse non sono recuperabili; eventuali sospensioni prolungate per gravi problemi di salute motivate da certificato medico sono valutate dalla Direzione attraverso compilazione di apposito modulo.
- Tutte le richieste di variazioni inerenti gli abbonamenti e/o i corsi devono essere effettuate per iscritto utilizzando gli appositi moduli disponibili in reception. Le richieste saranno valutate dalla Direzione.
- Per accompagnare i bambini negli spogliatoi conta il sesso del genitore e non quello del bambino. Es: una mamma con un bambino entra nello spogliatoio femminile.
- Per mantenere l'ordine e facilitare le operazioni di pulizia negli spogliatoi occorre posizionare tutti i propri indumenti nell'armadietto.
- L'uso delle docce è gratuito.
- Per formule di abbonamento, soluzioni personalizzate, agevolazioni ai famigliari, convenzioni aziendali e per gruppi, il nostro staff commerciale è a disposizione presso la reception.
- Si consiglia di utilizzare la cassetta porta valori per depositare gli oggetti e di utilizzare gli armadietti esclusivamente per gli indumenti.

PER TUTTO QUANTO QUI NON ESPRESSO SI RIMANDA
AL REGOLAMENTO DA SOTTOSCRIVERE ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE



PROGRAMMAZIONE CORSI



NUOTO GUIDATO	ORARI APERTURA					
	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	*07:00	*09:00	12:00	14:30		
MARTEDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30	20:00	21:30
MERCOLEDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30		
GIOVEDÌ	*07:00	*09:00	12:00	14:30		
VENERDÌ	*07:00	*09:00	09:00	14:30	20:00	21:30
SABATO	12:00	17:00				
DOMENICA	09:00	18:00				

* DALLE 07:00 ALLE 09:00 ACCESSO TRAMITE ABBONAMENTO



SEGRETERIA	ORARI APERTURA			
	DALLE	ALLE	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
MARTEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
MERCOLEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
GIOVEDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
VENERDÌ	09:00	14:00	16:00	21:00
SABATO	08:30	17:00		
DOMENICA	08:30	18:00		



PALESTRA	ORARI APERTURA	
	DALLE	ALLE
LUNEDÌ	07:00	21:30
MARTEDÌ	09:00	21:30
MERCOLEDÌ	07:00	21:30
GIOVEDÌ	09:00	21:30
VENERDÌ	07:00	21:30
SABATO	09:00	17:00
DOMENICA	09:00	13:00



CONSIGLI

- Per una corretta attività motoria si consiglia almeno una frequenza bisettimanale.
- A partire dagli 8 anni, i bambini si preparano per i relativi corsi negli spogliatoi, senza l'aiuto dei genitori

INFORMAZIONI UTILI

- Si richiede obbligatoriamente il certificato di idoneità sportiva non agonistica secondo quanto previsto dal dm 24.04.2013 del Ministero della Salute, per adulti e minori di età superiore agli anni 6 (sei).
- Per accedere all'area fitness è obbligatorio sostituire le calzature utilizzate all'esterno.
- Per accedere alle piscine e agli spogliatoi è obbligatorio l'uso di calzature idonee, con suola antiscivolo.
- Gli spogliatoi sono dotati di armadietti con chiusura a lucchetto personale. È possibile acquistare il lucchetto in reception.
- I tempi delle lezioni di nuoto sono comprensivi di appello, vestizione e gestione cambio turno. La lezione effettiva in acqua avrà una durata inferiore a quella indicata.
- I corsi sono proposti con frequenza, durata e tariffe previsti nella programmazione e nel calendario esposti al pubblico. La Direzione si riserva il diritto di modificare il planning corsi e gli orari in base alle necessità organizzative.
- Le iscrizioni sono aperte tutto l'anno e la quota del corso sarà ricalcolata in funzione delle lezioni mancanti.
- Il ritiro parziale o totale dalle attività non dà diritto ad alcun rimborso.
- Le lezioni perse non sono recuperabili; eventuali sospensioni prolungate per gravi problemi di salute motivate da certificato medico sono valutate dalla Direzione attraverso compilazione di apposito modulo.
- Tutte le richieste di variazioni inerenti gli abbonamenti e/o i corsi devono essere effettuate per iscritto utilizzando gli appositi moduli disponibili in reception. Le richieste saranno valutate dalla Direzione.
- Per accompagnare i bambini negli spogliatoi conta il sesso del genitore e non quello del bambino. Es: una mamma con un bambino entra nello spogliatoio femminile.
- Per mantenere l'ordine e facilitare le operazioni di pulizia negli spogliatoi occorre posizionare tutti i propri indumenti nell'armadietto.
- L'uso delle docce è gratuito.
- Per formule di abbonamento, soluzioni personalizzate, agevolazioni ai famigliari, convenzioni aziendali e per gruppi, il nostro staff commerciale è a disposizione presso la reception.
- Si consiglia di utilizzare la cassetta porta valori per depositare gli oggetti e di utilizzare gli armadietti esclusivamente per gli indumenti.

PER TUTTO QUANTO QUI NON ESPRESSO SI RIMANDA
AL REGOLAMENTO DA SOTTOSCRIVERE ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE

