

Orari di segreteria FINO AL 16/09  
LU-VE 13.00 / 20.30  
MAR- GIOV 10.00/12.00 - 15.00/20.30  
MERC 16.00/19.00 SAB 10.00/12.00

Orari di segreteria: LU-MA-GIO-VE 14.45 / 20.45  
MERC 16,30 /18:30 SAB 8:45 / 11:45  
TEL: 335/8155407  
acquasportzola@gmail.com

## STAGIONE 2017/2018

**Periodo 1° Corso:**

18/09/2017-03/12/2017

Reiscrizioni:

Dal 04/09 al 09/09 precedenza vecchi iscritti

Dal 11/09 nuove iscrizioni

Tutto il ns. Staff oltre al **Brevetto da Tecnico-Educatore di Nuoto**  
è in possesso del **Brevetto da Bagnino di Salvataggio e Operatore Blsd**  
e partecipa ai corsi di formazione per i rinnovi di tali Brevetti

-L'iscrizione al corso è preceduta dal Tesseramento Associativo da regolarizzare in fase di iscrizione.  
Oltre alle lezioni **di gruppo** si potrà usufruire di altra modalità di insegnamento che prevede mini corsi con lezioni **individuali o di piccoli gruppi** per bambini-ragazzi-adulti. Per informazioni e iscrizioni rivolgersi in segreteria.

-Certificato medico: occorre consegnare il certificato medico di idoneità alla attività sportiva non agonistica.

-Altre informazioni più dettagliate nel vademecum.

### CORSI SUB BAMBINI RAGAZZI CDC-CMAS

Corsi pomeridiani il Venerdì

15.00 - 15.50 1° Livello Sub Ragazzi 14/15 anni (P1)

15.55 - 16.45 Corsi mini sub 11/13 anni con brevetto

**Corsi con rilascio di Brevetto Sub CDC/CMAS**

I corsi minisub partono dal livello natatorio "B"

### CORSI SUB ADULTI OVER CDC-CMAS

In collaborazione con PUNTOBLU corsi serali il martedì e/o venerdì

Corso Sub 1° e 3° livello: martedì (teoria 20.00-21.00, pratica 21.00-22.00)

Corso Sub 2° livello e aiuto istruttore: venerdì (teoria 20.00-21.00, pratica 21.00-22.00)

La quota di € 280,00 comprende: Tessera Associativa e Assicurativa, kit didattico, utilizzo spazi acqua, utilizzo spazio per teoria, staff, attrezzature (bombole-Gav-erogatori-cintura e pesi)

**La quota non comprende: certificato medico e uscita in mare per esami.**

Per chi è già in possesso di un Brevetto Subacqueo organizziamo attività di mantenimento il **martedì e/o venerdì** dalle 21.10- 22.00 (monosett. €96.00 e bisett. €136.00)



**PERIODO DAL 18/09 AL 03/12**

**Acquaticità 0/3 anni**

<b>3-12 Mesi</b>	<b>Lunedì/Giovedì</b> 15.00-15:50	<b>Martedì/Venerdì</b> 15.00:15:50
<b>12-36 Mesi</b>	<b>Lunedì/Giovedì</b> 15.55-16:45	<b>Martedì/Venerdì</b> 15.55:16:45

Monosettimanale: 95,00€ / Bisettimanale: 131,00€

**12- 36 Mesi Sabato**

9.45 - 10.30      90,00€

**Acquaticità 3/5**

<b>Lunedì/Giovedì</b>	<b>Martedì/Venerdì</b>
15.00 - 15.50	15.00 - 15.50
15.55 - 16.45	15.55 - 16.45
16.55 - 17.45	16.55 - 17.45
17.50 - 18.40	17.50 - 18.40
18.40 - 19.30	18.40 - 19.30

Monosettimanale: 95,00€ / Bisettimanale: 131€

**Sabato**

9.00 - 9.45      84,00€  
9.45 - 10.30      90,00€

**Nuoto Bambini 6/11**

<b>Lunedì/Giovedì</b>	<b>Martedì/Venerdì</b>
15.00 - 15.50	15.00 - 15.50
15.55 - 16.45	15.55 - 16.45
16.55 - 17.45	16.55 - 17.45
17.50 - 18.40	17.50 - 18.40
18.40 - 19.30	18.40 - 19.30

Monosettimanale: 95,00€ / Bisettimanale: 131,00€

**Sabato**

9.00 - 9.45      84,00€  
9.45 - 10.30      90,00€

**Nuoto Ragazzi - Giovani**

<b>Lunedì/Giovedì</b>	<b>Martedì/Venerdì</b>
15.55 - 16.45	15.55 - 16.45
16.55 - 17.45	16.55 - 17.45
17.50 - 18.40	17.50 - 18.40
18.40 - 19.30	18.40 - 19.30
19.30 - 20.20	19.30 - 20.20

19.30 - 20.20 (Principianti Ragazzi) 19.30 - 20.20

Monosettimanale: 95,00€ / Bisettimanale: 131,00€

**Sabato**

9.00 - 9.45      84,00€  
9.45 - 10.30      90,00€

**Avviamento a HockeySub**

Martedì      15:00-15:50 €100.00

**Avviamento alla Pallanuoto**

Martedì/Venerdì      15:55-16:45  
Monosettimanale: 100,00€  
Bisettimanale :140,00€

**Avviamento Nuoto Master**

Lunedì/Giovedì      21:10-22:50  
Bisettimanale: 220,00€    Annuale: 440,00€

**Nuoto Special 4x4 Ragazzi**

Attività di avviamento alle specialità:  
**APNEA - PINNATO - SALVAMENTO - SUB**

**Lunedì/Giovedì**  
15.55 - 16.45

Monosettimanale: 95,00€ / Bisettimanale: 131,00€

**Nuoto Adulti / Over**

<b>Lunedì/Giovedì</b>	<b>Martedì/Venerdì</b>
15.00 - 15.50	15.00 - 15.50
15.55 - 16.45	15.55 - 16.45
16.55 - 17.45	16.55 - 17.45
18.40 - 19.30	17.50 - 18.40
19.30 - 20.20	18.40 - 19.30
20.20 - 21.10*	19.30 - 20.20*
21.10 - 22.00	20.20 - 21.10

\*= anche per principianti in vasca piccola

Monosettimanale: 115,00€ / Bisettimanale: 159.00€

**Sabato**

9.00 - 9.45      95,00€  
9.45 - 10.30      102,00€

**Nuoto di Salvamento/Apnea/Sub**

(Attività Mantenimento) **Martedì/Venerdì (Adulti)**

21.10 - 22.00

Monosettimanale: 96,00€ / Bisettimanale: 136,00€

**Fitness in Acqua**

<b>ACQUA GYM</b>	<b>ACQUA DANCE</b>	<b>ACQUA GYM</b>
<b>Lunedì/Giovedì</b>	<b>Martedì</b>	<b>Venerdì</b>
15.00 - 15.50	15.00 - 15.50	15.00 - 15.50

Monosettimanale: 98,00€ / Bisettimanale: 136,00€

**ACQUA GYM**

**Lunedì/Giovedì**      **Martedì/Venerdì**  
18.40 - 19.30  
19.30 - 20.20

Monosettimanale: 120,00€ / Bisettimanale: 164,00€

**POSSIBILITA' DI FORMULA "OPEN"**

chiedere info in segreteria

TEL. 335 8155407

**Gestanti**

**Lunedì/Giovedì**      **Martedì/Venerdì**  
19:00-19:50      15:00-15:50  
80,00€ 8 lezioni a richiesta