

## LEZIONI PRIVATE

Lezioni individuali, tenute da istruttori abilitati dalla Federazione Italiana Nuoto, rivolte sia a principianti sia a coloro che possiedono già una certa dimestichezza nel nuoto. La lezione, della durata di 45 minuti interamente in acqua, si potrà svolgere sia in vasca intermedia che in vasca grande, compatibilmente con le altre attività in corso. Eventuale possibilità di lezioni private in coppia.

Orari da concordare in segreteria

## TARIFFE

(Iscrizione riservata ai soci CSEN)

Quota d'iscrizione € 25,00

(scadenza a 12 mesi dalla sottoscrizione)

1 lezione	€ 26,00
5 lezioni	€ 110,00
1 lez (a coppia)	€ 30,00
5 lez (a coppia)	€ 120,00

## CORSO PER LA QUALIFICA DI ASSISTENTE BAGNANTI F.I.N.

Organizzato in sede, il corso federale per l'acquisizione della qualifica professionale di Assistente Bagnanti della Federazione Italiana Nuoto, riconosciuta in tutta Europa, riconosce crediti formativi nelle scuole superiori di II grado e rilascia punteggio per i concorsi pubblici.

La durata è di circa 60 giorni. I requisiti necessari: aver compiuto 16 anni al momento della richiesta di iscrizione e dimostrare buone capacità tecniche in acqua. Maggiori informazioni in segreteria o sul nostro sito internet.

SONO A VS. DISPOSIZIONE IN SEGRETERIA

I DEPLIANT DELLE SEGUENTI ATTIVITÀ:

ACQUATICITA' dai 3 mesi

SCUOLA NUOTO dai 6 ai 15 anni

GINNASTICHE ACQUATICHE

ATTIVITÀ PISCINA EINAUDI

## ESTRATTO DEL REGOLAMENTO

(la versione integrale è affissa in bacheca)

- \* L'attività adulti è riservata ai maggiori di 15 anni.
- \* E' obbligatorio fare la doccia saponata e struccarsi accuratamente prima di entrare in vasca.
- \* L'accesso agli spogliatoi è consentito 10 minuti prima dell'inizio della lezione, previa consegna della tessera.
- \* Le tessere sono strettamente personali, pertanto non sono cedibili in nessun caso, e le scadenze sono improrogabili.
- \* L'iscrizione può essere effettuata in qualsiasi momento dell'anno e gli abbonamenti decorrono dal giorno stesso d'iscrizione, o dalla lezione immediatamente successiva per il "Corso Pomeridiano" e "Mattutino".
- \* Al momento dell'iscrizione, i giorni festivi o di chiusura sono immediatamente esclusi dal conteggio delle lezioni; eventuali ulteriori giorni di chiusura straordinaria verranno recuperati, in giorni ed orari da stabilire (ad eccezione degli abbonamenti stagionali, che non prevedono recuperi).
- \* Per l'iscrizione a qualsiasi attività, ad eccezione del nuoto adulti diurno a tariffa comunale, è necessario un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica, da presentare tassativamente entro la prima lezione. Entro la data di scadenza del certificato, sarà indispensabile presentarne uno nuovo per poter continuare ad usufruire dell'abbonamento.
- \* Assenze, porzioni o interi abbonamenti inutilizzati, non potranno essere recuperati, rimborsati, ceduti ad altri o "bloccati" in nessun caso, neanche se precedentemente comunicati, né potranno essere emessi "buoni" da utilizzare successivamente. Non sono consentiti occasionali cambiamenti di giorno od orario nei corsi a turni fissi.
- \* L'eventuale rinnovo dell'abbonamento al "Corso Pomeridiano" e "Mattutino" dovrà essere regolarizzato una settimana prima della scadenza dell'abbonamento, al fine di mantenere il proprio posto, e avrà decorrenza dalla lezione immediatamente successiva.
- \* La direzione si riserva la facoltà di chiudere turni in programma, se il numero minimo degli allievi previsti non fosse raggiunto
- \* Non è consentito portare borse e zaini sul piano vasca.
- \* Per chiudere l'armadietto è necessario utilizzare un lucchetto. Si diffida dall'introdurre oggetti di valore all'interno della struttura e si consiglia l'utilizzo delle cassetine portavalori videosorvegliate posizionate al piano superiore.
- \* L'abbigliamento necessario per l'attività in piscina comprende: cuffia, ciabatte in plastica, accappatoio o asciugamano e costume.
- \* E' vietato introdurre contenitori di vetro nei locali dell'impianto, nonché consumare cibi di qualsiasi genere negli spogliatoi e in vasca.
- \* Gli utenti del circolo sono tenuti a consultare la "bacheca" dove verranno tempestivamente affisse comunicazioni urgenti, eventuali modifiche del programma delle attività, delle chiusure, delle quote e del regolamento.

### STAGIONE 2019/2020

**dal 9/9/2019 al 12/07/2020**

### Giorni di chiusura:

Venerdì 1° novembre.

Da martedì 24 dicembre a lunedì 6 gennaio compresi.

Lunedì 13 aprile / Sabato 25 aprile.

Venerdì 1° maggio / Martedì 2 giugno



*Stella d'Oro al merito sportivo*



PISCINA  
SEBASTOPOLI

STAGIONE SPORTIVA 2019/2020

## NUOTO ADULTI

*(a partire dai 15 anni)*

**Attività riservata ai soci CSEN**

Corso Sebastopoli, 260 Torino

tel. 011-355473

[www.centronuototorino.com](http://www.centronuototorino.com)

### ORARIO SEGRETERIA

DESK lun-mer: 7 - 20 / mar - gio: 8 - 20

ven: 7 - 19.30 / sab: 7 - 18.30

TELEFONO da lun a ven: 9 - 11

EMAIL [segreteria@centronuototorino.com](mailto:segreteria@centronuototorino.com)

## NUOTO ASSISTITO

*N.B. Nel corso dell'anno, la fascia oraria sottoindicata, potrebbe subire ampie estensioni e/o riduzioni. Per essere tempestivamente informati, è possibile consultare la bacheca, o visitare il sito [www.centronuototorino.com](http://www.centronuototorino.com)*

### ► Nuoto a tariffa comunale

LUNEDÌ:	07.00 - 16.45	e	21.00 - 22.00
MARTEDÌ:	08.00 - 16.45	e	21.00 - 22.00
MERCOLEDÌ:	07.00 - 16.45	e	21.00 - 22.00
GIOVEDÌ:	08.00 - 16.45	e	21.00 - 22.00
VENERDÌ:	07.00 - 16.45		
SABATO:	07.00 - 18.30		

### ► Nuoto a tariffa agevolata

(iscritti CSEN + CNT)

LUNEDÌ:	07.00 - 16.45	e	19.00 - 22.00
MARTEDÌ:	08.00 - 16.45	e	19.00 - 22.00
MERCOLEDÌ:	07.00 - 16.45	e	19.00 - 22.00
GIOVEDÌ:	08.00 - 16.45	e	19.00 - 22.00
VENERDÌ:	07.00 - 16.45	e	19.00 - 21.00
SABATO:	07.00 - 18.30		

*N.B. L'orario di inizio indica la discesa nello spogliatoio*

### ► Walking

Vasca intermedia con profondità 1,20 m. a disposizione esclusivamente per camminare (no nuoto).  
Orari consultabili sulla bacheca o sul nostro sito in internet.

Ingresso singolo € 5,70

## CORSO MATTINO

Una o più lezioni settimanali di 45 minuti a turno fisso, interamente in acqua bassa.

Livello Principiante:	MAR - GIO	08.10
Livello Intermedio:	LUN - MER	08.30
	VEN	08.00

## CORSO POMERIDIANO

*(Principiante - Intermedio - Avanzato)*

Una/due lezioni settimanali di 50 minuti, con l'istruttore in vasca grande. Si tratta di un corso misto ragazzi e adulti.

*Giorni abbinati:* LUN-GIO

1° turno	dalle 14.00	alle 14.50
2° turno	dalle 14.50	alle 15.40

## CORSO SERALE

*(Principiante - Intermedio - Avanzato)*

Sono a disposizione due/tre corsie per il nuoto con gli istruttori, di cui una per i principianti e una/due per il perfezionamento. Con gli abbonamenti del Nuoto Adulti Serale, non è necessario fissare né il giorno, né l'ora della frequenza: nell'arco della fascia d'orario segnalata, l'accesso in vasca è consentito tutti i giorni e in qualsiasi momento. Verificare sulla bacheca della piscina le disponibilità di corsie nelle diverse fasce orarie.

LUNEDÌ'	dalle	19.00	alle	21.00
MARTEDÌ'	dalle	19.00	alle	21.00
MERCOLEDÌ'	dalle	19.00	alle	21.00
GIOVEDÌ'	dalle	19.00	alle	21.00
VENERDÌ'	dalle	19.00	alle	21.00

**+ accesso al Nuoto Assistito**

*N.B. A partire dal 15 giugno, alcune attività subiranno riduzioni di orari che verranno comunicate in segreteria e in bacheca all'inizio di giugno.*

## TARIFFE

### NUOTO ASSISTITO

	<i>Tariffa comunale e walking</i>	<i>Tariffa agevolata riservata iscritti CSEN + CNT</i>
Ingresso singolo	€ 5,70	€ 4,50
Ingresso singolo ridotto*	€ 4,50	€ 3,50
Tessera 10 ingressi	€ 45,30	€ 36,00
Tessera 10 ingressi ridotto*	€ 32,90	€ 25,00

(\* over 60, bambini fino ai 15 anni, studenti fino a 25 anni)  
*N.B.: la tessera è nominativa e deve essere correlata di foto*  
*Disponibili ulteriori forme di abbonamenti consultabili in bacheca*

### CORSI

*(Iscrizione riservata ai soci CSEN)*

Quota d'iscrizione € 25,00  
(scadenza a 12 mesi dalla sottoscrizione)

#### ► MATTINO

4 lezioni	€ 37,00
8 lezioni	€ 70,00

#### ► POMERIDIANO

12 lezioni (frequenza monosett.le)	€ 82,00
24 lezioni (frequenza bisett.le)	€ 105,00

#### ► SERALE

MENSILE	€ 77,00
TRIMESTRALE	€ 185,00
ANNUALE	€ 485,00 (durata 10 mesi)
5 lezioni	€ 41,00 (durata 2 mesi)
10 lezioni	€ 76,00 (durata 3 mesi)
20 lezioni	€ 140,00 (durata 6 mesi)
1 lezione	€ 9,00

**N.B. Le scadenze delle tessere sono improrogabili**