

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

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

1 lezione	€ 23,00
5 lezioni	€ 99,00

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 ATTIVITA':

ACQUATICITA' dai 3 mesi

SCUOLA NUOTO dai 6 ai 15 anni

AQUAFITNESS : aquagym, aquapower, aquapower fit,

aquatrek, aqua bpm training, aquamix,

aquasoft, aquapilates, gestanti

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".
- * Al momento dell'iscrizione, il periodo di chiusura natalizio e quello estivo sono immediatamente esclusi dal conteggio delle scadenze, mentre non verranno esclusi i singoli giorni festivi o i ponti.
- * Per l'iscrizione a qualsiasi attività, ad eccezione del nuoto libero diurno, è necessario un certificato medico, 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" dovrà essere regolarizzato una settimana prima della scadenza dell'abbonamento, al fine di mantenere il proprio posto, e avrà decorrenza dalla lezione immediatamente successiva.
- * Non è consentito portare borse e zaini sul piano vasca.
- * Per chiudere l'armadietto è necessario utilizzare un lucchetto.
- * 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 2015/2016
dal 7/9/2015 al 9/7/2016

Giorni di chiusura:

Martedì 8 dicembre.

Da giovedì 24 dicembre a mercoledì 6 gennaio compresi.

Da venerdì 25 marzo a lunedì 28 marzo compresi.

Lunedì 25 aprile.

Giovedì 2 giugno.

Venerdì 24 giugno.

Mercoledì 24 giugno.



www.centronuototorino.com



PISCINA
SEBASTOPOLI

STAGIONE SPORTIVA 2015/2016

NUOTO ADULTI

(a partire dai 15 anni)

Corso Sebastopoli, 260 Torino
tel. 011-355473 fax. 011-3716753
segreteria@centronuototorino.com

ORARIO SEGRETERIA
DESK da lun a ven: 8 - 21 e sab: 8 - 19
TELEFONO da lun a ven: 9 - 13

NUOTO LIBERO

*Apertura al pubblico
(senza istruttore)*

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

► Adulti (dai 16 anni):

LUNEDÌ:	07.00 - 16.45 e 19.00 - 22.30
MARTEDÌ:	08.00 - 16.45 e 19.00 - 22.30
MERCOLEDÌ:	08.00 - 16.45 e 19.00 - 22.30
GIOVEDÌ:	08.00 - 16.45 e 19.00 - 22.30
VENERDÌ:	07.00 - 16.45 e 19.00 - 21.00
SABATO:	08.00 - 19.00

► Bambini e Ragazzi (fino ai 15 anni):

I minori di 16 anni possono accedere al nuoto libero, sempre accompagnati da un adulto che se ne assume la responsabilità, il **SABATO** nel seguente orario:

- 14.00 - 15.45 (in vasca intermedia e "corsia 6" per chi sa nuotare bene)

► Allievi (dai 10 ai 15 anni):

I bambini/ragazzi iscritti al 3° e 4° livello della Scuola Nuoto Federale del Centro Nuoto Torino, possono accedere al Nuoto Libero in vasca grande il **SABATO**, con un adulto che se ne assuma la responsabilità:

- dalle 08.00 alle 09.30
- dalle 13.00 alle 16.00
- dalle 18.00 alle 19.00

► Walking

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

CORSO MATTINO

(Principianti - in acqua bassa)

Una o più lezioni settimanali di 45 minuti a turno fisso, interamente in acqua. Il corso è rivolto a coloro che si avvicinano per la prima volta al mondo acquatico.

LUN - MER - VEN 08.45

CORSO POMERIDIANO

(Principiante - Intermedio - Avanzato)

Una/due lezioni settimanali di 50 minuti, di cui 20 min di ginnastica e 30 di nuoto, con l'istruttore, in vasca grande. Si tratta di un corso misto ragazzi e adulti.

Giorni abbinati: LUN-GIO, MAR-VEN

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 Libero

TARIFFE

NUOTO LIBERO

Ingresso singolo	€ 5,00
Tesserino 10 ingressi	€ 40,50 *
Ingresso singolo over60 e bambini	€ 4,00
Tesserino da 10 ingressi over60	€ 29,50 *

(* la tessera è nominativa e deve essere correlata di foto)

CORSI

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

► **MATTINO**

4 lezioni	€ 36,00
8 lezioni	€ 68,00

► **POMERIDIANO**

Trimestrale 1 lez. settimanale	€ 82,00
Trimestrale 2 lez. settimanali	€ 105,00

► **SERALE**

MENSILE	€ 73,00
TRIMESTRALE	€ 175,00
STAGIONALE	€ 450,00 (durata 10 mesi)
1 lezione	€ 8,50
5 lezioni	€ 39,00 (durata 2 mesi)
10 lezioni	€ 70,00 (durata 3 mesi)
20 lezioni	€ 130,00 (durata 6 mesi)

N.B. Le scadenze delle tessere sono improrogabili
A partire dal 13 giugno, alcune attività subiranno riduzioni di orari che verranno comunicate in segreteria e in bacheca all'inizio di giugno.