



Piscina

Comunale di Creazzo - via L. Da Vinci 15 Info @: tel. 0444/522596 – segreteria@leosport.it

SEGUICI su FACEBOOK @Piscina Creazzo Leosport e Instagram @piscina_creazzo_leosport

CORSI NUOTO ADULTI

LIVELLI:

PRINCIPIANTI 0

riservato alle persone che non hanno mai fatto corsi di nuoto e/o che hanno paura dell'acqua.

PRINCIPIANTI 1

riservato alle persone che non hanno paura **ma che non sanno galleggiare in acqua profonda** (galleggiare significa saper effettuare una serie di immersioni e risalite sul posto supportate da una respirazione sufficientemente rilassata).

PERFEZIONAMENTO

riservato alle persone che sanno galleggiare bene e devono iniziare le didattiche degli stili o perfezionare le nuotate.

PERFEZIONAMENTO AVANZATO

Riservato a coloro che hanno già frequentato i corsi di perfezionamento e sono in grado di nuotare in modo corretto i 3 stili di base (dorso, crawl e rana) e hanno impostato il delfino.

SUPERCORSO ADULTI

Riservato a coloro che sono in grado di nuotare correttamente i 4 stili e desiderano ampliare il loro bagaglio tecnico, con la possibilità di intraprendere il percorso dell'attività Master agonistica. La lezione ha durata di un'ora.

FREQUENZA	ORARIO INIZIO CORSI					
LUNEDI' e GIOVEDI'		SUPERCORSO 12.30		18.00	18.45	19.30 20.15
MARTEDI' e VENERDI'	9.00			18.45	SUPERCORSO 19.30	
MERCOLEDI' e VENERDI'				SUPERCORSO 18.30		
MERCOLEDI'		9.45				

TURNO	N. LEZ	COSTO €	GIORNI	INIZIO	FINE
SETTEMBRE - OTTOBRE	14	126	LUN - GIO	11/09/2023	26/10/2023
	14	126	MAR - VEN	12/09/2023	27/10/2023
	7	70	MER	13/09/2023	25/10/2023
	14	126	MER - VEN	13/09/2023	27/10/2023
NOVEMBRE - DICEMBRE	16	144	LUN - GIO	30/10/2023	21/12/2023
	15	135	MAR - VEN	31/10/2023	22/12/2023
	7	70	MER	08/11/2023	20/12/2023
	14	126	MER - VEN	08/11/2023	22/12/2023

E' OBBLIGATORIO:

- La consegna del **certificato medico non agonistico entro il primo giorno di corso.**
- Il versamento della quota di iscrizione annuale del costo di 20€, al momento dell'iscrizione.
- l'uso della cuffia e delle ciabatte.

REGOLAMENTO CORSI

- PAGAMENTO** la quota del corso è da consegnare al momento dell'iscrizione. In caso di iscrizione **monosettimanale**, la quota totale del corso avrà una **maggiorazione del 10%** rispetto alla quota bisettimanale sopra elencata
- RINNOVI** gli iscritti ai corsi hanno la precedenza se il rinnovo avviene entro la fine del corso. (salvo comunicazioni preventive da parte della piscina).
- RECUPERI** DUE assenze non sono recuperabili, dalla terza in poi possono essere scalate da un corso successivo o compensate con ingressi piscina da consumare entro 1 anno dalla data di fine corso.
- I RECUPERI sono personali.
- I RECUPERI devono essere richiesti entro 15 giorni dalla fine del corso oltre tale termine decade ogni diritto.
- RITIRO** Verrà restituita la quota se il ritiro viene comunicato prima dell'inizio del corso.
- LEZIONE DI PROVA** E' possibile concordare con la segreteria una lezione di prova. La lezione di prova è gratuita per tutti i nuovi clienti o per i clienti già associati che volessero provare un nuovo corso.
- LEZIONE SINGOLA** Solo per gli orari del mattino e della pausa pranzo c'è la possibilità di effettuare una lezione singola pagando di volta in volta **12,00€**.

INFORMAZIONI

- Ogni lezione comprende 45' di lezione in acqua, 60' per il supercorso.
- L'accesso agli spogliatoi è consentito 10' prima dell'inizio della lezione.
- Non è consentita la presenza in acqua prima e dopo le lezioni.
- Abbigliamento: costume, cuffia, ciabatte, accappatoio, eventuali scarpette plastificate o calzini di cotone da calzare prima dell'entrata in acqua per i corsi fitness.
- **Per usufruire di docce e phon sarà necessario munirsi della tessera, acquistabile in segreteria.**