



Piscina Comunale di Creazzo - via L. Da Vinci 15

Info @: tel. 0444/522596 – whatsapp +39 346/3004981– segreteria@leosport.it

SEGUICI su FACEBOOK @Piscina Creazzo Leosport e Instagram @piscina_creazzo_leosport

CORSI NUOTO ADULTI AUTUNNO 2024

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 dell'acqua, ma che non sanno galleggiare in acqua profonda (galleggiare significa saper eseguire 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 correttamente i 3 stili di base (dorso, crawl, 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 agonistica Master. La lezione ha durata di un'ora.

FREQUENZA	ORARI INIZIO CORSI				
	MATTINA	PAUSA PRANZO	SERA		
LUN - GIO			18.00	18.45	19.30 20.15
LUN - MER	10.30				
MAR - VEN	9.00	12.30	18.45	19.30 SUPERCORSO	
MER	9.45				
MER - VEN			18.30 SUPERCORSO		

TURNO	GIORNI	INIZIO	FINE	N. LEZIONI	COSTO€
SETTEMBRE OTTOBRE apertura iscrizioni 26/08/24	LUN-GIO	09/09/2024	31/10/2024	16	144
	LUN-MER	09/09/2024	30/10/2024	16	144
	MAR-VEN	10/09/2024	29/10/2024	15	135
	MER	11/09/2024	30/10/2024	8	80
	MER-VEN	11/09/2024	30/10/2024	15	135
NOVEMBRE DICEMBRE apertura iscrizioni 21/10/24	LUN-GIO	04/11/2024	19/12/2024	14	126
	LUN-MER	04/11/2024	18/12/2024	14	126
	MAR-VEN	05/11/2024	20/12/2024	14	126
	MER	06/11/2024	18/12/2024	7	70
	MER-VEN	06/11/2024	20/12/2024	14	126

E' OBBLIGATORIO:

- La consegna del **certificato medico non agonistico entro il primo giorno di corso.**
- Il versamento della **quota associativa 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 o a corso iniziato**, 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 almeno una settimana prima della 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.**

Le lezioni saranno sospese 1-2/11/2024.