

**Piscina Comunale di Creazzo via L. Da Vinci 15 tel. 0444/522596**

# **CORSI NUOTO ADULTI ESTATE 2019**

**LIVELLI:**

**PRINCIPIANTI 0**

riservato alle persone che non hanno mai fatto corsi di nuoto e 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

**CORSO NUOTO MASTER**

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 ed è tenuta da allenatori certificati FIN.

FREQUENZA	ORARIO INIZIO CORSI						
<b>LUNEDI'</b>							
<b>GIOVEDI'</b>		12.45		18.00	18.45	19.30	20.15
<b>MERCOLEDI' e/o VENERDI'</b>	<b>CORSO NUOTO MASTER</b>					19.00	20.00
<b>MARTEDI' e/o VENERDI'</b>	8.30			18.45	19.30		

TURNO	N. LEZ	COSTO €	GIORNI	INIZIO	FINE
<b>GIUGNO</b>	8	66.50	LUN - GIO	3 giugno	27 giugno
	8	66.50	MAR - VEN	4 giugno	28 giugno
	8	74.50	MER - VEN	5 giugno	28 giugno
<b>LUGLIO</b>	8	66.50	LUN - GIO	1 luglio	25 luglio
	8	66.50	MAR - VEN	2 luglio	26 luglio
	8	74.50	MER - VEN	3 luglio	26 luglio

**APERTURA ISCRIZIONI PER TUTTI I TURNI: LUNEDI' 20 Maggio 2019**

**Al momento dell'iscrizione è necessario: il recapito telefonico e la quota del corso**

**QUOTA ISCRIZIONE ANNUALE OBBLIGATORIA 20,00€**

**GLI ISCRITTI DEL MATTINO E DELLA PAUSA PRANZO POSSONO USUFRUIRE DELL'IMPIANTO SCOPERTO ALLA FINE DELLA LEZIONE**