



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

SEGUICI su FACEBOOK alla pagina Piscina Creazzo Leosport e Instagram @LeosportCreazzo

CORSI NUOTO ADULTI 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.

(*)Il corso monosettimanale delle 18.00 del mercoledì è dedicato a chi già svolge un'attività autonoma, e desidera integrare con una lezione guidata il proprio allenamento

FREQUENZA	ORARIO INIZIO CORSI						
LUNEDI' GIOVEDI'		12.45		18.00	18.45	19.30	20.15
MERCOLEDI' VENERDI'	CORSO NUOTO MASTER			18.00* (solo mercoledì)		19.00	20.00
MARTEDI' VENERDI' e/o	8.30	9.15			18.45	19.30	

TURNO	N. LEZ	COSTO €	GIORNI	INIZIO	FINE
SETTEMBRE OTTOBRE (apertura iscrizioni lunedì 26 agosto)	16	133	LUN - GIO	9 Settembre	31 Ottobre
	15	124.50	MAR - VEN	10 Settembre	29 Ottobre
	15	139.50	MER - VEN	11 Settembre	30 Ottobre
	8	74.50	MER	11 Settembre	30 Ottobre
NOVEMBRE DICEMBRE (apertura iscrizioni sabato 26 ottobre)	14	116	LUN - GIO	4 Novembre	19 Dicembre
	14	116	MAR - VEN	5 Novembre	20 Dicembre
	14	130	MER - VEN	6 Novembre	20 Dicembre
	7	65	MER	6 Novembre	18 Dicembre

LE LEZIONI SONO SOSPESE:

Venerdì 1 a Sabato 2 Novembre per il ponte di Ogni Santi

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

QUOTA ISCRIZIONE ANNUALE OBBLIGATORIA 20,00€

PER AVERE LA PRECEDENZA AI CORSI SUCCESSIVI OCCORRE ISCRIVERSI ALMENO UNA SETTIMANA PRIMA DELLA FINE DEL CORSO