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 o Instagram @piscina_creazzo_leosport

**L'ASSESSORATO AI SERVIZI SOCIALI IN COLLABORAZIONE CON LA PISCINA COMUNALE ORGANIZZA**

# GINNASTICA DOLCE ESTATE 2025
# Conoscere, imparare e divertirsi con l'acqua

Indicato per gli allievi della terza età e per chi vuole migliorare la funzionalità del proprio corpo.
E' una attività motoria di bassa intensità che si svolge in acqua profonda 1.20 mt., il cui scopo è il mantenimento ed il miglioramento dello stato di benessere psico-fisico.
Comprende: esercitazioni di ginnastica in acqua, esercizi di scuola nuoto e giochi acquatici

**FREQUENZA CORSO: LUNEDI' - MERCOLEDI' - GIOVEDI'**

**INIZIO LEZIONI: ORE 9:00**

| | |
|---|---|
| **COSTO DI UN ABBONAMENTO DA 10 LEZIONI (validità 6 mesi)** | **€ 50,00** |
| **COSTO DI UN ABBONAMENTO DA 20 LEZIONI (validità 12 mesi)** | **€ 90,00** |
| **COSTO DI UNA LEZIONE** | **€ 6,00** |

**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.

**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.

**INFORMAZIONI**

- Ogni lezione comprende 45' di lezione in acqua.
  L'accesso agli spogliatoi è consentito 10' prima dell'inizio della lezione.
- Obbligo della doccia prima dell'ingresso in acqua
- 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.**
- Temperatura dell'acqua adeguata all'attività proposta

**INIZIO ATTIVITA' MERCOLEDI' 4 GIUGNO 2025**
**FINE ATTIVITA' GIOVEDI' 28 AGOSTO 2025**
**Lezioni sospese dall'11 al 15 agosto 2025.**