

TURNO APRILE MAGGIO

Lezioni sospese 25 aprile, 1 maggio e 20 – 21 – 22 aprile

LUNEDI dal 01/04 al 27/05 lezioni 8 € 52,00
MARTEDI dal 02/04 al 28/05 lezioni 9 € 58.50
MERCOLEDI dal 03/04 al 29/05 lezioni 8 € 52,00
GIOVEDI dal 04/04 al 30/05 lezioni 8 € 52,00
VENERDI dal 05/04 al 31/05 lezioni 9 € 58.50
SABATO dal 06/04 al 25/05 lezioni 7 € 45,50

**SE VUOI FARE PIU' LEZIONI SETTIMANALI
ABBINA I GIORNI CHE VUOI !**

Le lezioni perse per motivi personali non potranno essere recuperate, ma nel bimestre ti regaliamo 1 accesso gratuito per il tuo nucleo familiare, una domenica mattina a scelta, valore buono € 24,00.

BIMESTRE SETTEMBRE OTTOBRE

**RICONFERME PER SETTEMBRE 2019
DAL 13 MAGGIO AL 30 GIUGNO
NUOVI ISCRITTI DAL 1 luglio**

**ATTENZIONE PER RAGIONI DI SICUREZZA NON SI
POTRA' ENTRARE IN ACQUA PRIMA DELL'ORARIO DI INIZIO
DEL CORSO E RIMANERE IN ACQUA OLTRE L'ORARIO DEL
CORSO**

- DAI 6 ANNI COMPIUTI E' RICHIESTO IL CERTIFICATO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA ORIGINALE DA VISIONARE, COPIA DA TRATTENERE.
- ASSICURAZIONE INFORTUNI € 10,00 ● BADGE € 5,00



S.S.D. "Nuoto Club Castiglione"



**POLO NATATORIO COMUNALE S.PIETRO
Castiglione delle Stiviere (MN)**

SCUOLA NUOTO BIMESTRE APRILE MAGGIO



www.centronuotocastiglione.com

●SCUOLA NUOTO LUDICA DAI 4 AI 7 ANNI

L'attività in acqua è proposta in forma ludica, divertente e gioiosa, per non tendere ad una specializzazione prematura, in quanto, questo aspetto non è congeniale all'età infantile. Insegniamo a tutti i bambini a galleggiare, a spostarsi in acqua con i propri mezzi in ogni punto della vasca con sicurezza e tranquillità. Facciamo appassionare i bambini all'ambiente acqua, cercando di migliorare il loro senso acquatico. L'istruttore propone giochi liberi, giochi finalizzati e materiali strutturati, giochi motori, giochi affettivi, giochi cognitivi: di memoria, discriminazione e di associazione, inserendoli nella lezione di nuoto anche quando il bambino è in grado di eseguire alcuni esercizi di base del dorso e dello stile libero. Mediante le attività ludiche, il bambino impara a gestire il mondo esterno, la realtà, filtrandolo con le armi proprie della fantasia.

QUANDO:

Lunedì
Martedì
Mercoledì
Giovedì
Venerdì
Sabato

Durata lezione 45'

inizio corsi dalle ore 14.30
ultimo corso alle ore 18.10

**Verifica in reception in
quali orari c'è il livello
adatto al tuo bambino**

●SCUOLA NUOTO RAGAZZI DAI 7 AI 12 ANNI

Attraverso l'attività in acqua si sviluppano tipologie di esercizi atti a raggiungere gli obiettivi specificati nei 7 livelli della nostra SCUOLA NUOTO (girino, pesciolino, pesce palla, pesce rosso, pesce azzurro, squalo, squalo bianco)

QUANDO:

Lunedì
Martedì
Mercoledì
Giovedì
Venerdì
Sabato

Durata lezione 45'

inizio corsi dalle ore 14.30
ultimo corso alle ore 18.10

**Verifica in reception in
quali orari c'è il livello
adatto al tuo bambino**

●NUOTO TEENAGERS DAI 12 AI 16 ANNI

Il programma prevede il perfezionamento dei 4 stili e la conoscenza delle discipline acquatiche (nuoto per salvamento, nuoto pinnato, tuffi, apnea, ginnastica in acqua, pallanuoto etc.) Per i ragazzi di questa età, l'incontro ed il confronto con i propri coetanei e con adulti di riferimento è molto importante.

QUANDO:

Lunedì	17.15	
Martedì		18.05
Mercoledì	17.15	18.05
Giovedì		18.05
Venerdì	17.15	
Sabato	15.20	17.50

●NUOTO EXTRA TEENAGERS DAI 14 AI 18 ANNI

Il programma in acqua prevede apprendimento degli stili, nuoto per salvamento, nuoto pinnato, tuffi, apnea, ginnastica in acqua, pallanuoto, il programma in palestra prevede esercizi di potenziamento e tonificazione (addominali, braccia, pettorali etc.)

PISCINA + PALESTRA dalle 15.00 alle 16.15

RICHIEDI IN RECEPTION IL VOLANTINO SPECIFICO

Polo Natatorio Comunale S.Pietro
Via Don Mazzolari, 2
46043 Castiglione delle Stiviere (MN)
e-mail segreteria@centronuotocastiglione.it
www.centronuotocastiglione.com
Tel & Fax 0376 632772