

SCUOLA NUOTO 2018-19



PISCINA COMUNALE DI CASALPUSTERLENGO

TEL. 0377/802863

CORSO BABY 0-3 ANNI BABY PLUS 3-4 ANNI
ATTIVITA' MOTORIA IN ACQUA PER GESTANTI

LEZIONI INDIVIDUALI

ACQUABENESSERE

WALKING IN ACQUA, IDROBIKE, IDROGYM, CIRCUIT FIT IN ACQUA

ATTIVITA' MOTORIA IN ACQUA PER DIVERSAMENTE ABILI

Il giorno e l'orario viene definito in segreteria

CORSO BAMBINI-BABY PLUS

POMERIGGIO:

<u>6 > 13 anni</u>	<u>4 > 5 anni</u>	<u>3 > 4 anni</u>
15.10/16.00	15.10/15.40	17.00/17.45
16.00/16.50	15.50/16.20	(Mar.-Gio)
17.00/17.50	16.30/17.00	15.00/15.30
17.50/18.40	17.00/17.30	15.45/16.15
	17.40/18.10	(Sabato)

SABATO MATTINA

<u>6 > 13 anni</u>	<u>4 > 5 anni</u>	<u>3 > 4 anni</u>
9.10/10.00	09.10/9.40	09.00/9.30
10.00/10.50	09.50/10.20	
10.50/11.40	10.30/11.00	
11.40/12.30		

DOMENICA

<u>6 > 13 anni</u>	<u>4 > 5 anni</u>
11.10/12.00	10.30/11.00
<u>3 > 4 anni</u>	
11.00-11.30	
11.40-12.10	

ABBINAMENTO BISETTIMANALE: LUNEDI'-VENERDI', MARTEDI'-GIOVEDI', MERCOLEDI'-SABATO

CORSO ADULTI

MATTINO

Martedì/Venerdì
09.00/09.45
09.45/10.30

Domenica

09.00/09.45
09.45/10.30

POMERIGGIO

Martedì/Venerdì
13.00/13.45
Venerdì Sabato
15.00-15.45 14.15/15.00

Lunedì

16.00/16.45

Giovedì

16.00/16.45

SERA

Lun./Gio. e Mar/Ven
19.00/19.45 19.45/20.30
20.30/21.15 21.15/22.00

Mercoledì

19.00/19.45

19.45/20.30

20.30/21.15

FITNESS IN ACQUA

MATTINO

Lunedì/Giovedì
09.30/10.15

Domenica

10.45/11.30

POMERIGGIO

Lunedì/Giovedì
13.00/13.45

SERA

Lunedì/Giovedì
20.30/21.15
Martedì/Venerdì
19.45/20.30