



Nuoto LIBERO

Regolamento

Ingresso ogni 45 minuti dall'inizio del turno

Turni di massimo 45 minuti

Massimo 8 nuotatori per corsia

Entrata nello spogliatoio 10 minuti prima dell'inizio del turno

Uscita dallo spogliatoio 30 minuti dopo la fine del turno

Le tessere a ingressi hanno validità 2 mesi

GIORNI	MATTINO		POMERIGGIO		SERA	
	apertura	chiusura	apertura	chiusura	apertura	chiusura
LUNEDÌ	9.00	14.00			17.45	20.45
MARTEDÌ	9.00	14.00			17.00	20.45
MERCOLEDÌ	9.00	14.00			17.45	20.45
GIOVEDÌ	9.00	14.00			17.45	20.45
VENERDÌ	9.00	14.00			17.00	20.45
SABATO	9.00	orario continuato		18.00		
DOMENICA	9.00	13.00	15.00	18.00		

Tariffe ed abbonamenti validi fino al 5 Giugno 2016

INGRESSO SINGOLO	RESIDENTI	NON RESIDENTI
NORMALE	€ 4,70	€ 5,30
RIDOTTO*	€ 4,30	€ 4,80
ABBONAM. 10 INGRESSI	€ 42,00	€ 47,00
ABBONAM. 20 INGRESSI	€ 81,00	€ 91,00
ABBONAM. 30 INGRESSI	€ 120,00	€ 133,50

Informazioni

Orari segreteria

Da Lunedì a Venerdì: 9.00 - 19.00

Sabato: 9.00 - 18.00

Domenica: 9.00 - 13.00

Documentazione necessaria

- Quota partecipazione annuale obbligatoria: 30 €
- Certificato medico per attività ludico motoria indicante l'attività praticata in originale (per tutti i Corsi)
- Certificato medico ginecologico in originale (solo per il Corso Gestanti)

Periodi 2015/2016

1^o) Dal 28 settembre al 12 dicembre 2015

2^o) Dal 4 gennaio al 19 marzo 2016

3^o) Dal 21 marzo al 4 giugno 2016

Giorni di chiusura

1 novembre - 8 dicembre - 25/26 dicembre

1 gennaio - 6 gennaio - 27 marzo - 28 marzo

25 aprile - 1 maggio - 2 giugno

Caratteristiche dell'impianto

VASCA 25 m / 6 corsie / altezza da 1,60 a 2 m / temperatura 28 °C

ARQUATA SCRIVIA

Aquarium Vallescrivia Società Sportiva Dilettantistica a r. l.

Via Pratulungo 15, Arquata Scrivia (AL)

Tel.: 0143.636612

arquata@aquariumnuoto.it

* Richiedi il regolamento in segreteria.

Aquarium Vallescrivia Società Sportiva Dilettantistica a r.l. si riserva la facoltà di apportare, ogni qual volta lo ritenga opportuno, modifiche ad orari di segreteria ed attività, comunicando le variazioni mediante avviso in bacheca. Tutte le attività proposte nell'impianto natatorio sono disciplinate dai regolamenti affissi in accoglienza.

AQUARIUM
nuoto

Design: fargostudio.com

FIN
ScuolaNuoto
FEDERALE

AQUARIUM

IL NUOTO PER TUTTI

**DAI CORSI
DI NUOTO AI
CAMPIONATI
ITALIANI!**



**10%
DI SCONTO
DALLA 2^a
ISCRIZIONE!***

Piscina di ARQUATA SCRIVIA

Stagione Sportiva 2015/2016

www.aquariumnuoto.it



Corso **NUOTO BAMBINI**

Dal gioco all'apprendimento e al perfezionamento

CORSO	GIORNI	GIORNI A SETT.	ORARIO INIZIO CORSI
A	LUN - GIO	2	16.15 17.00 17.45 18.30
B	MARTEDÌ	1	
C	MERCOLEDÌ	1	
D	VENERDÌ	1	
E	SABATO	1	10.00 - 10.45 - 11.30 15.30 - 16.15 - 17.00
Durata lezioni minuti 45			

CORSI	COSTO A PERIODO		ANNUALE (3 PERIODI)	
	RESIDENTI	NON RESIDENTI	RESIDENTI	NON RESIDENTI
A	€ 141,00	€ 157,50	€ 340,00	€ 378,00
B - C - D - E	€ 79,00	€ 88,00	€ 189,50	€ 211,00



Corso **NEONATALE** Dai 18 mesi

GIORNO	GIORNI A SETT.	ORARIO INIZIO CORSI	COSTO A PERIODO		ANNUALE (3 PERIODI)	
SAB	1	10.00 10.30	RESIDENTI	NON RESIDENTI	RESIDENTI	NON RESIDENTI
			€ 105,50	€ 117,50	€ 253,50	€ 282,00
Durata lezioni minuti 30 (Il corso prevede la presenza di un'ostetrica qualificata e/o di un istruttore FIN)						



Corso **NUOTO BABY** Dai 36 mesi

GIORNO	GIORNI A SETT.	ORARIO INIZIO CORSI	COSTO A PERIODO		ANNUALE (3 PERIODI)	
SAB	1	11.00	RESIDENTI	NON RESIDENTI	RESIDENTI	NON RESIDENTI
			€ 79,00	€ 88,00	€ 190,00	€ 211,50
Durata lezioni minuti 30						



Corso **GESTANTI**

Per il tuo relax mentale e fisico

GIORNO	GIORNI A SETTIMANA	ORARIO INIZIO CORSI
SABATO	1	9,15
Abbonamento mensile: residenti € 19,50 - Non residenti € 22,00		
Durata lezioni minuti 45 (Il corso prevede la presenza di un'ostetrica qualificata e/o di un istruttore FIN)		



Corso **NUOTO ADULTI**

Per imparare, per non avere paura o solo per migliorarsi

CORSO	GIORNI	GIORNI A SETT.	ORARIO INIZIO CORSI
A	LUN - GIO	2	19.15 20.00
B	MARTEDÌ	1	
C	MERCOLEDÌ	1	
D	VENERDÌ	1	10.00 - 10.45 - 11.30
E	SABATO	1	
F*	MERCOLEDÌ	1	9.30
Durata lezioni minuti 45			

CORSI	COSTO A PERIODO		ANNUALE (3 PERIODI)	
	RESIDENTI	NON RESIDENTI	RESIDENTI	NON RESIDENTI
A	€ 168,50	€ 187,50	€ 405,50	€ 451,00
B - C - D - E	€ 95,00	€ 106,00	€ 229,00	€ 254,50
F *(nuoto benessere)	€ 86,00	€ 97,00	€ 207,00	€ 230,00



ACQUA FITNESS

Per tonificarsi e scaricare lo stress a ritmo di musica

Regolamento

La tessera Open non include l'Acqua bike
L'attività di Acqua bike può essere svolta previa prenotazione entro e non oltre i 7 giorni precedenti alla lezione
Le tessere a ingressi hanno validità 2 mesi

GIORNI	10.30	13.15	17.45	18.30	19.15	20.00
LUN		acquagym		acquagym	acquabike	
MAR	acquagym			acquagym	water trekking	bike
MER		bike		acquagym	bike	water trekking
GIO		acquagym		acquagym	water trekking	
VEN	acquagym		water trekking	H2o Jolly		

CORSI	COSTO A PERIODO		ANNUALE 3 PERIODI	
	RESIDENTI	NON RESIDENTI	RESIDENTI	NON RESIDENTI
TESSERA OPEN (no bike)	€ 153,00	€ 170,00	€ 367,00	€ 408,00
TESSERA 5 INGRESSI	€ 40,50	€ 45,00		
TESSERA 10 INGRESSI	€ 76,50	€ 85,00		
TESSERA 20 INGRESSI	€ 135,00	€ 150,00		
TESSERA 30 INGRESSI	€ 211,50	€ 235,00		



Altre **ATTIVITÀ**

Preagonistica • Triathlon • Master Nuoto over 25
Lezioni di nuoto individuali