

Attività Baby

Una straordinaria esperienza di gioco e libertà: il contatto con l'acqua, per i neonati, è prima di tutto questo. In piscina i bebè sperimentano, in modo naturale, le stesse abilità motorie che li renderanno poi in grado di camminare e correre. I corsi si svolgeranno con Mamma o Papà presenti in acqua.

Baby 18-36 mesi

sabato 11:30 - 12:00

Tariffe disponibili in Segreteria

Acquaticità 3-5 anni

I bambini, divertendosi, imparano a stare a proprio agio in acqua, a muoversi a mantenere diverse posizioni di galleggiamento. Non è ancora tempo di dedicarsi alla tecnica. Il gioco, infatti, è al centro della nostra attività ed è lo strumento con cui si pongono le basi che permetteranno, successivamente, di sviluppare una nuotata.

lunedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10	18:00 - 18:50	
martedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
mercoledì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
giovedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10	18:00 - 18:50	
venerdì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
sabato	09:30 - 10:20	10:20 - 11:10	11:10 - 12:00	11:30 - 12:20
	15:10 - 16:00	16:00 - 16:50		

Tariffe disponibili in Segreteria

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

Scuola Nuoto Bambini 6-13 anni

Didattica, organizzazione e professionalità sono le caratteristiche dei nostri corsi di Scuola Nuoto. La Rari Nantes Torino è una Scuola Nuoto riconosciuta dalla Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.). Un'altra conferma è il livello raggiunto dalla squadra agonistica, sempre ai vertici in Italia, con al suo attivo già cinque atleti olimpici.

lunedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
martedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
mercoledì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
giovedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
venerdì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
sabato	09:20 - 10:10	10:00 - 10:50	10:40 - 11:30	
	15:10 - 16:00	16:00 - 16:50		

Tariffe disponibili in Segreteria**Scuola Nuoto Avanzata**

Con prova di ammissione

Pallanuoto

	martedì	mercoledì	venerdì
da 12 anni	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40
da 8 anni	18:10 - 19:20		18:10 - 19:20

Nuoto Sincronizzato

	lunedì	mercoledì	giovedì
da 12 anni	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40
da 8 anni	18:10 - 19:20	17:30 - 18:40	18:10 - 19:20

Tariffe disponibili in Segreteria

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

DOPO LA SCUOLA NUOTO I NOSTRI CORSI CONTINUANO CON L'AVVIAMENTO AL
NUOTO SINCRONIZZATO ED ALLA PALLANUOTO

Nuoto per Salvamento

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
da 12 anni	15:30 - 17:00		15:40 - 17:20		15:30 - 17:00
da 8 anni	16:50 - 17:40			16:50 - 17:40	

Tariffe disponibili in Segreteria

PER IL TESSERAMENTO E PER LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO E AI TORNEI,
È OBBLIGATORIA LA CERTIFICAZIONE MEDICO-SPORTIVA AGONISTICA
da consegnare in originale alla Segreteria

Scuola nuoto Adulti dai 14 anni

Adatta sia ai principianti che vogliono aumentare la loro sicurezza in acqua, sia ai nuotatori esperti che vogliono perfezionare la loro tecnica. I nostri istruttori, attenti e preparati, sono pronti a prendersi cura delle esigenze di tutti, anche di chi non è mai entrato in acqua e magari ne ha paura.

lunedì	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50	19:50 - 20:40	
martedì	08:30 - 09:20	09:20 - 10:10	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50
	19:50 - 20:40			
mercoledì	13:00 - 13:50	18:10 - 19:00	19:00 - 19:50	
giovedì	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50	19:50 - 20:40	
venerdì	08:30 - 09:20	09:20 - 10:10	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50
	19:50 - 20:40			

Tariffe disponibili in Segreteria

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

Swim Training

Master, Triathlon e Nuoto Evoluto – allenamento specifico.

Comprende 3 allenamenti settimanali e l'accesso a tutti i turni di nuoto libero.

lunedì	20:40 - 22:10	
mercoledì	20:00 - 21:30	
venerdì	20:00 - 21:30	

Tariffe disponibili in Segreteria**Nuoto Libero**

Per il nuoto libero non sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione.

Lunedì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Martedì	08:30 - 16:00		19:00 - 21:50	
Mercoledì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Giovedì		12:30 - 16:30	19:00 - 21:50	
Venerdì	08:30 - 16:00		19:00 - 21:50	
Sabato	08:30 - 17:00			
Domenica	09:30 - 12:30			

Tariffe disponibili in Segreteria**ingressi singoli (sabato - domenica)**

intero	€ 6,50
ridotto 12 anni	€ 4,50
ridotto Over 65 anni	€ 5,50

Genitori + bambini (sabato - domenica)

1 genitore + 1 bambino	€ 10,00
2 genitori + 1 bambino	€ 15,00
2 genitore + 2 bambini	€ 17,00
ogni bambino aggiuntivo	€ 1,50

Nuoto Sportivo (valido in tutti i turni di nuoto libero)

Attività per la quale sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione.

Tariffe disponibili in Segreteria

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

Idrochinesi

Maggiori informazioni in segreteria.

Tariffe disponibili in Segreteria

Future Mamme

martedì	12:00 - 12:50		
venerdì	12:00 - 12:50		

Tariffe disponibili in Segreteria

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO