

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 svolgono nella vaschetta riscaldata, con una temperatura sempre superiore ai 30 gradi, una o due lezioni a settimana, con Mamma o Papà in acqua.

Baby 5-18 mesi

lunedì			
martedì			17:55 - 18:30
mercoledì			
giovedì	11:30 - 12:05	15:40 - 16:15	17:55 - 18:30
venerdì			
sabato	09:45 - 10:20	11:05 - 11:40	

Baby 19-36 mesi

lunedì	11:30 - 12:05		
martedì	15:40 - 16:15	17:05 - 17:40	
mercoledì			
giovedì	10:50 - 11:25	17:05 - 17:40	
venerdì			
sabato	10:25 - 11:00	15:40 - 16:15	

Tariffe:

1 volta alla settimana

6 lezioni € 63,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

12 lezioni € 110,00 (2 recuperi)

ORARI FINO AL 08 GIUGNO 2019

Acquaticità 3-5 anni

Divertendosi, i bambini 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 è infatti al centro della nostra attività ed è lo strumento con cui si pongono le basi che permetteranno successivamente di sviluppare una nuotata. I corsi si svolgono nella vaschetta riscaldata, con una temperatura sempre superiore ai 30 gradi.

lunedì	16:20 - 17:00	17:00 - 17:40	17:50 - 18:30	18:30 - 19:10
martedì	16:20 - 17:00	18:30 - 19:10		
mercoledì	16:20 - 17:00	17:00 - 17:40	17:50 - 18:30	18:30 - 19:10
giovedì	16:20 - 17:00	18:30 - 19:10		
venerdì	16:20 - 17:00	17:00 - 17:40	17:50 - 18:30	18:30 - 19:10
sabato	09:00 - 09:40	11:40 - 12:20	16:20 - 17:00	17:10 - 17:50
	17:50 - 18:30			

Tariffe:

1 volta alla settimana

6 lezioni € 63,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

12 lezioni € 110,00 (2 recuperi)

Lezione di prova € 10,00

ORARI FINO AL 08 GIUGNO 2019

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

Tariffe:

8 lezioni € 64,00 (1 v/sett - 1 recupero)
 16 lezioni € 112,00 (2 vv/sett - 2 recuperi)
 30 lezioni € 186,00 (2-3 vv/sett - 4 recuperi)
 Lezione di prova € 10,00

ORARI FINO AL 08 GIUGNO 2019



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

Avviamento alla discipline acquatiche

Raggiunto il livello tecnico necessario, esiste la possibilità, per bambini e adolescenti, di essere inseriti in corsi finalizzati all'avviamento di discipline acquatiche di squadra: nuoto sincronizzato, pallanuoto, salvamento sportivo. L'inizio di queste attività avviene, compatibilmente con le capacità di ognuno, non prima degli 8-10 anni. Chi ha piacere potrà prendere parte a manifestazioni e piccoli tornei.

Scuola Nuoto Junior 12-14 anni

lunedì	15:40 - 16:30
mercoledì	15:40 - 16:30
venerdì	15:40 - 16:30

Tariffe speciali:

12 lezioni € 72,00 (1 v/sett - 1 recupero)
 24 lezioni € 132,00 (2 vv/sett - 3 recuperi)
 Quota di iscrizione € 10,00

Scuola Nuoto Bambini 6-13 anni

lunedì	16:20 - 17:10		
martedì	16:20 - 17:10		
mercoledì	16:20 - 17:10		
giovedì	16:20 - 17:10		
venerdì	16:20 - 17:10		
sabato	15:40 - 16:30	16:20 - 17:10	

Salvamento Junior

lunedì	15:20 - 16:40	
martedì	15:20 - 16:40	
mercoledì	15:20 - 16:40	
giovedì	15:20 - 16:40	
venerdì	15:20 - 16:40	

Possibile prova di ammissione per l'accesso ai corsi F.I.N.

Tariffe:

Abbonamento stagionale dal 03/09/18 al 07/06/19
 € 460,00 (2vv/sett)
 1° rata all'atto dell'iscrizione € 200,00
 2° rata entro il 19/12/2018 € 130,00
 3° rata entro il 27/13/2019 € 130,00

oppure:

24 ingressi € 132,00 (2 vv/sett - 3 recuperi)
 12 lezioni € 80,00 (1 v/sett - 1 recupero)
 Quota di iscrizione € 10,00

Avviamento alla Pallanuoto

mercoledì	17:00 - 17:50	
venerdì	17:00 - 17:50	

Tariffe:

8 lezioni € 64,00 (1 v/sett - 1 recupero)
 16 lezioni € 112,00 (2 vv/sett - 2 recuperi)

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	09:00 - 09:50	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	14:50 - 15:40*
	13:00 - 13:50	19:10 - 20:00	20:00 - 20:50	
martedì	18:20 - 19:10	19:10 - 20:00	20:00 - 20:50	14:50 - 15:40*
mercoledì	13:00 - 13:50	19:10 - 20:00	20:00 - 20:50	14:50 - 15:40*
giovedì	09:00 - 09:50	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	14:50 - 15:40*
	18:20 - 19:10	19:10 - 20:00	20:00 - 20:50	
venerdì	13:00 - 13:50	19:10 - 20:00	20:00 - 20:50	
sabato	11:30 - 12:20	17:40 - 18:30		

Tariffe:

1 volta alla settimana

8 lezioni € 70,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

16 lezioni € 125,00 (2 recuperi)

2/3 volte alla settimana

24 lezioni € 170,00 (3 recuperi)

ORARI FINO AL 08 GIUGNO 2019

dai 14 ai 17 anni:

Martedì e Giovedì: 15:40 - 16:30

* Tariffe speciali:

1 volta alla settimana

12 lezioni € 84,00 (1 recupero)

2/3 volte alla settimana

24 lezioni € 140,00 (3 recuperi)

Quota di iscrizione € 10,00

Scuola Nuoto Over60

lunedì	09:00 - 09:50	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	
martedì				
mercoledì				
giovedì	09:00 - 09:50	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	
venerdì				
sabato				

Tariffe:

1 volta alla settimana

8 lezioni € 53,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

16 lezioni € 97,00 (2 recuperi)

2/3 volte alla settimana

24 lezioni € 125,00 (3 recuperi)

ORARI FINO AL 27 GIUGNO 2019

HydroKinesi - Personal Training

lunedì	09:00 - 09:50		
martedì			
mercoledì			
giovedì	09:00 - 09:50		
venerdì			

Tariffe:**1 volta alla settimana**

8 lezioni € 64,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

16 lezioni € 116,00 (2 recuperi)

2/3 volte alla settimana

24 lezioni € 144,00 (3 recuperi)

Preparto

lunedì	11:30 - 12:20		
martedì	15:40 - 16:30		
mercoledì			
giovedì	11:30 - 12:20	15:40 - 16:30	
venerdì			

Tariffe:**1 volta alla settimana**

8 lezioni € 56,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

16 lezioni € 105,00 (2 recuperi)

2/3 volte alla settimana

24 lezioni € 130,00 (3 recuperi)

Hydrokinesi:

Lezioni private di Hydrokinesi con orari concordati con l'istruttore

Tariffe:

11 lezioni private individuali € 250,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

5 lezioni private individuali € 120,00 (da utilizzare entro 2 mesi)

Lezioni private individuali singole € 30,00

Le lezioni prenotate potranno essere disdette entro le ore 20:00 del giorno precedente alla lezione.

Nuoto SportivoAttività di nuoto sportivo, con l'assistenza di un istruttore qualificato della Federazione Italiana Nuoto. **È necessario presentare il certificato medico sportivo.**

Lunedì	07:00 - 09:50**	09:50 - 10:40*	10:40 - 13:00*		
Martedì				19:10 - 20:00*	20:00 - 21:00*
Mercoledì				19:10 - 20:00*	
Giovedì	07:00 - 09:50**	09:50 - 10:40*	10:40 - 14:30	19:10 - 20:00*	20:00 - 21:00*
Venerdì				19:10 - 20:00*	
Sabato	09:00 - 09:50	09:50 - 10:40*	10:40 - 11:30*	11:30 - 12:20	

*È disponibile una sola corsia (max 8 persone)

**Ingresso possibile solo con abbonamento

La società si riserva di modificare gli orari del nuoto sportivo previo avviso agli utenti

Tariffe:

Ingresso singolo € 6,00

11 ingressi € 55,00

Nuoto Libero+ dai 16 anni

Nuoto Libero rivolto a chi vuole nuotare senza interruzioni.

Non è richiesta nè l'iscrizione annuale nè presentazione del certificato medico

lunedì	12:30 - 15:30		20:00 - 21:30
martedì	12:30 - 15:30		
mercoledì	12:30 - 15:30		20:00 - 21:30
giovedì	12:30 - 15:30		
venerdì	12:30 - 15:30		20:00 - 21:30

Tariffe:

Ingresso singolo € 5,60

10 ingressi € 44,80

over 60

Ingresso singolo € 4,40

10 ingressi € 32,50

Nuoto Master

Martedì e Giovedì 20:50-22:15 (con allenatore) e accesso a tutti i turni di Nuoto+

Tariffe:

Stagionale: € 460,00* (dal 03/07/2018 al 28/06/2019)

*comprensivo di tesseramento Master

1° rata all'atto dell'iscrizione € 200,00

2° rata entro il 19/12/2018 € 130,00 + 3° rata entro il 27/03/2019 € 130,00

Mensile: € 65,00 + Quota iscrizione e tesseramento: € 100,00

**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**

Nuoto Libero

Per il nuoto libero non sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione. La vaschetta non è disponibile negli orari serali.

Lunedì	
Martedì	21:00 - 22:15
Mercoledì	
Giovedì	21:00 - 22:15
Venerdì	
Sabato	12:30 - 14:20

La società si riserva di modificare gli orari del nuoto libero previo avviso agli utenti

Tariffe:

ingressi singoli

intero € 5,60

ridotto € 4,40

abbonamenti

intero 10 ingressi € 44,80

ridotto 10 ingressi € 32,50

Acquisto tessera per utilizzo phon € 3,00. In caso di smarrimento o furto è possibile richiedere una tessera sostitutiva al costo di € 5,00. I crediti dei phon non possono essere recuperati o restituiti.

Lezioni individuali

È possibile effettuare lezioni private individuali con istruttore qualificato.

Tariffe:

10 lezioni € 225,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

5 lezioni € 120,00 (da utilizzare entro 2 mesi)

1 lezione € 25,00