

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

Tariffe:

1 volta alla settimana

6 lezioni € 63,00 (1 recupero)

2 volte alla settimana

12 lezioni € 110,00 (2 recuperi)



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

Tariffe:

8 lezioni € 64,00 (1 v/sett - 1 recupero)

16 lezioni € 112,00 (2-3 vv/sett - 2 recuperi)

30 lezioni € 186,00 (2-3 vv/sett - 4 recuperi)

Scuola Nuoto Junior

12-17 anni

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

Tariffe:

8 lezioni	€ 64,00 (1 v/sett - 1 recupero)
16 lezioni	€ 110,00 (2-3 vv/sett - 2 recuperi)
30 lezioni	€ 164,00 (2-3 vv/sett - 4 recuperi)

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.

Avviamento alla Pallanuoto

9-13 anni

lunedì			
martedì	16:50 - 17:50		
mercoledì			
giovedì	16:50 - 17:50		
venerdì			
sabato	11:30 - 12:30		

Tariffe:

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

Avviamento al Nuoto Sincronizzato

dai 9 anni

lunedì	16:50 - 17:50		
martedì	18:20 - 19:20		
mercoledì	16:50 - 17:50		
giovedì	18:20 - 19:20		
venerdì	16:50 - 17:50		
sabato	14:00 - 15:30		

Avviamento alla Pallanuoto

12-17 anni

mercoledì	15:40 - 16:40
venerdì	15:40 - 16:40

Tariffe:

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

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

Pallanuoto junior dai 12 anni

lunedì	13-17 anni	15:40 - 17:00	
martedì	15-17 anni	15:40 - 17:00	
martedì	10-13 anni	18:20 - 19:20	
mercoledì	13-15 anni	15:40 - 17:00	
giovedì	15-17 anni	15:40 - 17:00	
giovedì	10-13 anni	18:20 - 19:20	
venerdì	15-17 anni	15:40 - 17:00	
sabato	10-13 anni	11:30 - 12:30	

Nuoto sincronizzato junior dai 12 anni

lunedì	18:30 - 20:00		
martedì			
mercoledì	18:30 - 20:00		
giovedì			
venerdì	18:30 - 20:00		
sabato	14:00 - 15:30		

Abbonamento stagionale dal 3 settembre 2018 al 7 giugno 2019

Frequenza 2 volte alla settimana € 460,00:

- € 200,00 all'iscrizione

- € 130,00 entro il 19/12/2018 + € 130,00 entro il 27/03/2019

Abbonamento mensile frequenza 2 volte alla settimana € 65,00:

- validità 1 mese

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

Tariffe:

8 lezioni € 70,00 (1 v/sett - 1 recupero)

16 lezioni € 125,00 (2 vv/sett - 2 recuperi)

24 lezioni € 170,00 (2-3 vv/sett - 3 recuperi)

orari fino al 08 giugno 2019

Pallanuoto Adulti dai 16 anni

Per Tutti coloro che amano l'acqua e desiderano sfruttare al meglio le loro capacità, l'attività sarà suddivisa in due momenti: tecnica delle nuotate caratteristiche della pallanuoto e tecnica della palla e gioco di squadra.

lunedì	20:00 - 21:30
mercoledì	20:00 - 21:30
venerdì	20:00 - 21:30

Abbonamento stagionale dal 3 settembre 2018 al 28 giugno 2019

Tariffa € 460,00:

- € 200,00 all'iscrizione

- € 160,00 entro il 19/12/2018 + € 100,00 entro il 27/03/2019

Abbonamento mensile € 65,00 - validità 1 mese

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 Famiglia

lunedì	17:00 - 17:45		
martedì	17:00 - 17:45		
mercoledì			
giovedì	17:00 - 17:45		
venerdì			
sabato	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	11:30 - 12:20

Tariffe:

10 ingressi € 50,00

Attività proposta per max 2 adulti per bambino iscritto ai corsi nei medesimi orari indicati

Preparto

lunedì			
martedì	11:40 - 12:30		
mercoledì			
giovedì			
venerdì	11:40 - 12:30		
sabato			

Tariffe:

8 lezioni € 56,00 (1 v/sett - 1 recupero)
 16 lezioni € 103,00 (2 vv/sett - 2 recuperi)
 24 lezioni € 130,00 (2-3 vv/sett - 3 recuperi)

orari fino al 08 giugno 2019

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 singola € 25,00

Nuoto Libero

orari fino al 28 giugno 2019

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

Lunedì	12:30 - 15:40	19:20 - 21:50		
Martedì	08:00* - 16:20	19:20 - 21:50		
Mercoledì	12:30 - 15:00	19:20 - 21:50		
Giovedì	12:30 - 16:20	19:20 - 20:50		
Venerdì	08:00* - 15:40	19:20 - 21:50		
Sabato		12:30 - 14:30		

*Tutte le attività del mattino inizieranno dal 24 settembre 2018. Inoltre si ricorda che l'attività di Nuoto Libero prevista dalle 08:00 alle 09:00 sarà possibile solo con abbonamenti. 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*

10 ingressi € 44,80

10 ingressi over60 € 32,50

*È possibile utilizzare gli abbonamenti di nuoto libero presso la piscina Sempione (vedi orari in bacheca o sul sito www.rarinantestorino.com)