

## CORSI DI NUOTO BAMBINI MARIGNOLLE 2023/2024

I corsi della nostra **SCUOLA NUOTO FEDERALE** sono mirati a far scoprire l'ambiente acquatico già dal primo livello di acquaticità (0-3 anni), per un ambientamento sempre più cosciente da parte del bambino passando da uno stato di paura e diffidenza iniziale ad una vera e propria amicizia con l'acqua.

Una volta acquisita una piccola autonomia, le lezioni mirano all'apprendimento di nuove abilità motorie acquatiche, attraverso un'esperienza di gruppo, usando l'interazione tra i compagni di corso e il gioco, con l'obiettivo di insegnare una prima tecnica di nuotata grezza, fino ad arrivare all'insegnamento vero e proprio delle quattro tecniche di nuotata.

I corsi sono divisi in 3 TRIMESTRI (12 settimane):

1° TRIMESTRE dal 11 Settembre 2023 al 2 Dicembre 2023

2° TRIMESTRE dal 4 Dicembre 2023 al 9 Marzo 2024

3° TRIMESTRE dal 11 Marzo 2024 al 1 Giugno 2024

Tutti i nostri **istruttori** sono brevettati dalla Federazione Italiana Nuoto e dal 2019 siamo diventati **Scuola Nuoto Federale**.

Abbiamo inoltre il **servizio di assistenza ai bagnanti sul piano vasca che accompagna i bambini dagli spogliatoi alla vasca e li aiuta per qualsiasi necessità**, assicurando così la massima sicurezza e cura dei nostri piccoli nuotatori.

I corsi si svolgono sia in vasca piccola con acqua alta 1 mt e 25 cm, sia in vasca grande con acqua alta 1 mt e 60 cm.

I **livelli** previsti all'interno della nostra scuola nuoto sono :

- **ACQUATICITÀ:** bambini dai 3 mesi (dopo il primo vaccino) ai 3 anni. È obbligatoria la presenza in acqua di un genitore, il quale è guidato dall'istruttore, che mostra come comportarsi con il bambino in un ambiente divertente e giocoso. Da questo livello in poi, i corsi sono riservati ai bambini di età dai 4 ai 14 anni, ferma la possibilità di valutare un eventuale inserimento al primo livello, dopo il compimento del terzo anno di età.
- **LIVELLO 1:** insegnamento delle prime respirazioni e immersioni subacquee, acquaticità, scivolamenti (prono e supino) e rilassamento in acqua.
- **LIVELLO 2:** insegnamento delle tecniche di nuotata grezza dei due stili principali (stile libero e dorso) e rafforzamento delle abilità già acquisite.
- **LIVELLO 3:** insegnamento della rana e rafforzamento tecnico dello stile libero e del dorso.
- **LIVELLO 4:** perfezionamento dei quattro stili e insegnamento delle partenze e arrivi.
- **ADOLESCENTI** dal compimento del 12° al 18° anno di età verranno spostati i ragazzi nel corso degli adolescenti dove si specializzerà la tecnica dei quattro stili e si inserirà l'insegnamento del 5° stile (subacquee e virate)

LIVELLO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
<b>ACQUATICITÀ</b>		16.30 - 17.10		16.30 - 17.10		10.30 - 11.10 11.10 - 11.50
<b>LIVELLO 1</b> (MAX 5 BAMBINI)	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50	09.10 - 09.50 09.50 - 10.30
<b>E LIVELLO 2</b> (MAX 6 BAMBINI)	17.50 - 18.30 18.30 - 19.10	17.50 - 18.30 18.30 - 19.10	17.50 - 18.30 18.30 - 19.10	17.50 - 18.30 18.30 - 19.10	17.50 - 18.30 18.30 - 19.10	10.30 - 11.10 11.10 - 11.50
<b>LIVELLO 3</b> (MAX 7 BAMBINI)	16.30 - 17.10 17.10 - 17.50 18.30 - 19.10	17.10 - 17.50 17.50 - 18.30	17.10 - 17.50 18.30 - 19.10	17.10 - 17.50 17.50 - 18.30	17.10 - 17.50 18.30 - 19.10	09.10 - 09.50 09.50 - 10.30 10.30 - 11.10 11.10 - 11.50
<b>LIVELLO 4</b> (MAX 8 BAMBINI)	17.50 - 18.30	18.30 - 19.10	17.50 - 18.30	18.30 - 19.10	17.50 - 18.30	09.50 - 10.30
<b>ADOLESCENTI</b> (MAX 8 RAGAZZI)			16.30 - 17.10		16.30 - 17.10	

n.b.: gli orari dei corsi sono indicativi, per informazioni chiedere al desk piscine.

Nel caso in cui ci siano da effettuare inserimenti al corso già iniziato, è possibile acquistare solamente il numero di lezioni rimanenti fino alla conclusione del trimestre. **È possibile effettuare una lezione singola al costo di 19 euro, somma che verrà scalata in caso di acquisto di un abbonamento, purché sia pagato anche il tesseramento annuale e consegnato il certificato medico non agonistico dai 6 anni compiuti.**

Per i genitori aventi più di un bambino iscritto ai corsi è prevista una scontistica, da applicarsi dal secondo Figlio/a in poi, pari al 5% del costo dell'abbonamento (esclusa Klab Pass).

## FESTIVITÀ

Durante le seguenti festività, i corsi di nuoto non verranno svolti:

### (LEZIONI NON PAGATE)

OGNISSANTI: mercoledì 01 novembre 2023

IMMACOLATA CONCEZIONE: venerdì 08 dicembre 2023

FESTE NATALIZIE: da lunedì 25 dicembre 2023 a sabato 06 gennaio 2024 COMPRESI

PASQUETTA: lunedì 1 aprile 2024

FESTA DELLA LIBERAZIONE: giovedì 25 aprile 2024

FESTA DEI LAVORATORI: mercoledì 1 maggio 2024

## REGOLAMENTO CORSI DI NUOTO BAMBINI

- **È obbligatorio consegnare alla reception, prima dell'inizio della prima lezione, il certificato medico per l'attività NON agonistica (esclusi i bambini 0/5 anni e in caso di prova di livello).**
- Per il corso di acquaticità, ogni genitore facente parte al corso, deve essere in possesso della Klab Pass.
- Ad ogni corso è possibile accedere anche se già iniziato fino all'esaurimento dei posti.
- È prevista, laddove essa sia necessaria, una prova di livello di circa 10 - 15 minuti da effettuarsi in periodo antecedente alla prima lezione; le iscrizioni ai corsi hanno inizio dalla settimana antecedente il giorno di inizio del turno. Per coloro che sono già iscritti al corso precedente è riservata una prelezione nella settimana antecedente l'inizio delle iscrizioni.
- **È inoltre possibile recuperare 2 assenze nel trimestre monosettimanale, 3 assenze nel bisettimanale e 4 nel trisettimanale.**
- **I recuperi potranno essere effettuati in qualsiasi giorno della settimana previa prenotazione, purché siano esauriti entro la conclusione del trimestre e fino ad esaurimento dei posti disponibili; in caso di malattia o di infortunio è possibile sospendere il corso dietro presentazione del certificato medico ospedaliero/specialistico: è indispensabile comunicare la sospensione fin dall'inizio della malattia/infortunio. Durante tale periodo le lezioni verranno congelate, per essere riprese a conclusione dei giorni di malattia/infortunio segnati nel certificato medico. Il reinserimento all'interno del medesimo corso non è garantito e pertanto si consiglia, nei giorni precedenti al rientro, di contattare il personale addetto alle piscine.**
- Gli spogliatoi bambini sono riservati ai bambini di età tra i 4 ed i 10 anni, con accompagnatore (massimo 1 per bambino); gli spogliatoi UOMINI 2 e DONNE 2 (adulti), sono dedicati ai bambini di età tra i 11 ed i 18 anni senza accompagnatore e ai bambini iscritti al corso acquaticità fino ai 4 anni con il rispettivo genitore.
- L'abbonamento accompagnatori consente l'accesso alla piscina per nuoto libero e acquafitness, al termario e alla palestra. Tale abbonamento è subordinato alla validità dell'abbonamento del bambino, sia come durata (inizio e fine), sia come utilizzo (giorno e orario).

PREZZI SCUOLA NUOTO (ESCLUSO € 19,00 KLAB PASS ANNUALE)		
	PREZZI A TRIMESTRE	
<b>MONOSETTIMANALE</b>	€ 179,00 (esterni) € 15,00 a lezione	€ 149,00 (soci) € 13,00 a lezione
<b>BISETTIMANALE</b>	€ 329,00 (esterni) € 13,00 a lezione	€ 269,00 (soci) € 11,00 a lezione
<b>TRISSETTIMANALE</b>	€ 429,00 (esterni) € 12,00 a lezione	€ 369,00 (soci) € 10,00 a lezione

PREZZI ACCOMPAGNATORI (ESCLUSO € 19,00 KLAB PASS ANNUALE)	
<b>MONOSETTIMANALE</b>	€ 99,00
<b>BISETTIMANALE</b>	€ 109,00
<b>TRISSETTIMANALE</b>	€ 119,00