



VIA VARTHEMA 19  
SEGRETERIA  
DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ  
DALLE 16.00 ALLE 20.00  
CSI.TANARI@CORSINUOTO.COM  
TEL. 051-6238811

## NUOTO BAMBINI

Nr.	giorni	orario	CORSO
200	Sabato	10.00-10.30	Bebè 0-3 anni
300	Domenica	10.10-10.40	Bebè 0-3 anni
9	Lunedì/Giovedì	16.10-17.00	fantanuoto
14	Lunedì/Giovedì	17.00-17.50	fantanuoto
16	Lunedì/Giovedì	17.50-18.40	fantanuoto
20	Lunedì/Giovedì	18.40-19.30	fantanuoto
44	Martedì/Venerdì	16.10-17.00	fantanuoto
49	Martedì/Venerdì	17.00-17.50	fantanuoto
51	Martedì/Venerdì	17.50-18.40	fantanuoto
92	Mercoledì	16.10-17.00	fantanuoto
95	Mercoledì	17.00-17.50	fantanuoto
100	Mercoledì	17.50-18.40	fantanuoto
202	Sabato	9.50-10.40	fantanuoto
205	Sabato	10.40-11.30	fantanuoto
209	Sabato	11.30-12.20	fantanuoto
121	Sabato	15.20-16.10	fantanuoto
125	Sabato	16.10-17.00	fantanuoto
129	Sabato	17.00-17.50	fantanuoto
133	Sabato	17.50-18.40	fantanuoto
302	Domenica	10.00-10.50	fantanuoto
305	Domenica	10.50-11.40	fantanuoto
309	Domenica	11.40-12.30	fantanuoto
8	Lunedì/Giovedì	16.10-17.00	nuoto bambini principianti
13	Lunedì/Giovedì	17.00-17.50	nuoto bambini principianti
15	Lunedì/Giovedì	17.50-18.40	nuoto bambini principianti
19	Lunedì/Giovedì	18.40-19.30	nuoto bambini principianti
4	Lunedì/Giovedì	15.20-16.10	nuoto bambini principianti
43	Martedì/Venerdì	16.10-17.00	nuoto bambini principianti
48	Martedì/Venerdì	17.00-17.50	nuoto bambini principianti
50	Martedì/Venerdì	17.50-18.40	nuoto bambini principianti
91	Mercoledì	16.10-17.00	nuoto bambini principianti
94	Mercoledì	17.00-17.50	nuoto bambini principianti
99	Mercoledì	17.50-18.40	nuoto bambini principianti
102	Mercoledì	18.40-19.30	nuoto bambini principianti
201	Sabato	9.50-10.40	nuoto bambini principianti
204	Sabato	10.40-11.30	nuoto bambini principianti
208	Sabato	11.30-12.20	nuoto bambini principianti
120	Sabato	15.20-16.10	nuoto bambini principianti
124	Sabato	16.10-17.00	nuoto bambini principianti
128	Sabato	17.00-17.50	nuoto bambini principianti
132	Sabato	17.50-18.40	nuoto bambini principianti
304	Domenica	10.50-11.40	nuoto bambini principianti
308	Domenica	11.40-12.30	nuoto bambini principianti
212	Sabato	12.20-13.10	bambini principianti - medi
39	Martedì/Venerdì	15.20-16.10	nuoto bambini medi
12	Lunedì/Giovedì	17.00-17.50	nuoto bambini medi
18	Lunedì/Giovedì	17.50-18.40	nuoto bambini medi
42	Martedì/Venerdì	16.10-17.00	nuoto bambini medi
47	Martedì/Venerdì	17.00-17.50	nuoto bambini medi
53	Martedì/Venerdì	17.50-18.40	nuoto bambini medi
90	Mercoledì	16.10-17.00	nuoto bambini medi
93	Mercoledì	17.00-17.50	nuoto bambini medi
98	Mercoledì	17.50-18.40	nuoto bambini medi
206	Sabato	10.40-11.30	nuoto bambini medi
210	Sabato	11.30-12.20	nuoto bambini medi
123	Sabato	16.10-17.00	nuoto bambini medi
127	Sabato	17.00-17.50	nuoto bambini medi
131	Sabato	17.50-18.40	nuoto bambini medi
301	Domenica	10.00-10.50	nuoto bambini medi
306	Domenica	10.50-11.40	nuoto bambini medi
311	Domenica	11.40-12.30	nuoto bambini medi
119	Sabato	15.20-16.10	nuoto bambini medi-bravi
7	Lunedì/Giovedì	16.10-17.00	nuoto bambini bravi
11	Lunedì/Giovedì	17.00-17.50	nuoto bambini bravi
17	Lunedì/Giovedì	17.50-18.40	nuoto bambini bravi
45	Martedì/Venerdì	16.10-17.50	SWIM EVOLUTION
52	Mart/Merc/Ven	17.50-19.30	AGONISTICA PROPAGANDA

## NUOTO RAGAZZI - ADULTI

Nr.	giorni	orario	CORSO
69	Martedì/Venerdì	20.20-21.10	nuoto rag/adulti principianti
105	Mercoledì	19.30-20.20	nuoto rag/adulti principianti
22	Lunedì/Giovedì	18.40-19.30	nuoto ragazzi/adulti medi
58	Martedì/Venerdì	18.40-19.30	nuoto ragazzi/adulti medi
26	Lunedì/Giovedì	20.20-21.10	nuoto ragazzi/adulti medi
67	Martedì/Venerdì	19.30-20.20	nuoto ragazzi/adulti medi
70	Martedì/Venerdì	20.20-21.10	nuoto ragazzi/adulti medi
21	Lunedì/Giovedì	18.40-19.30	nuoto rag/adulti perfezionamento
23	Lunedì/Giovedì	19.30-20.20	nuoto rag/adulti perfezionamento
24	Lunedì/Giovedì	19.30-20.20	nuoto rag/adulti perfezionamento
60	Martedì/Venerdì	18.40-19.30	nuoto rag/adulti perfezionamento
27	Lunedì/Giovedì	20.20-21.10	nuoto rag/adulti perfezionamento
28	Lunedì/Giovedì	20.20-21.10	nuoto rag/adulti perfezionamento
66	Martedì/Venerdì	19.30-21.10	nuoto rag/adulti SWIM PRO
106	Mercoledì	19.30-21.10	nuoto rag/adulti SWIM PRO
30	Lunedì/Giovedì	21.10-22.50	MASTERS
86	Mercoledì	14.30-15.20	RIEDUCAZIONE IN ACQUA
88	Mercoledì	15.20-16.10	RIEDUCAZIONE IN ACQUA

CORSO NUOTO BIMBI-RAG. FINO 16 ANNI 239,00 2 v, 161,00 1 v.

CORSO NUOTO ADULTI 290,00 2 VOLTE, 195,00 1 VOLTA

CORSO SWIM EVOLUTION 270,00 2 VOLTE, 173,00 1 v. 100 MINUTI

CORSO SWIM PRO 300,00 2 VOLTE, 200,00 1 VOLTA v. 100 MINUTI

GRUPPO MASTER 400,00 (10 MESI) 2 VOLTE, 100 MINUTI

NUOTO LIBERO: 10+1 INGR. 74,00 (STUD. 63,00), 1 5+2 INGR. 100,00

NUOTO LIBERO: TRIMESTRALE 149,00 (STUD. 129,00)

NUOTO LIBERO: STAGIONALE 395,00 (STUD. 331,00), ONLY MORNING 342,00

HYDROGYM A ENTRATE: 10+1 INGR. 95,00 (STUD. 78,00), 15+2 INGR. 130,00

AQUAFAMILY: 6 INGRESSI 39,00 (BAMBINO+ADULTO)

TESSERAMENTO: 13,00 ADULTI, 11,00 BAMBINI

## SPECIAL FOR YOU

### SWIM & LOUNGE:

UN MODO NUOVO DI VIVERE LA PISCINA, IL NUOTO E L'ACQUA. IL MARTEDÌ? SERA DALLE 21.10 SLE 22.50 LA PISCINA SI TRASFORMA: UN'INCREDIBILE ATMOSFERA CAMBIERÀ LA TUA SERATA, UN COCKTAIL DI LUCI SOFFUSE E MUSICHE RILASSANTI. IL TUO UNICO OBIETTIVO SARÀ: RILASSARSI. SE SEI INCURIOSITO VIENI, TI ASPETTIAMO PER UNA PROVA GRATUITA.

### SWIM EVOLUTION:

CORSO DI NUOTO DEDICATO A BAMBINI E RAGAZZI CON BUONA ACQUATICITÀ. LEZIONI DI 100 MINUTI PER DIVERTIRSI SOPRA E SOTTO L'ACQUA. LASCIATI COINVOLGERE NUOTANDO INSIEME AD UN GRUPPO AFFIATATO E STIMOLANTE.

### SWIM PRO

LA MASSIMA ESPRESSIONE DEL NUOTO CORSISTICO: 100 MINUTI RISERVATI AD ADULTI E RAGAZZI GIÀ PADRONI DEI 4 STILI E DESIDEROSI DI RAGGIUNGERE UN LIVELLO DI CONSAPEVOLEZZA ACQUATICA SUPERIORE. SEGUITO DA ISTRUTTORI SENIOR CON FORTE BACKGROUND AGONISTICO, SCOPRIRAI DAVVERO COME FUNZIONA

IL TUO CORPO IN ACQUA, OTTIMIZZANDO TECNICA, RESISTENZA E VELOCITÀ, PROVANDO ALLENAMENTI DIVERTENTI E MULTIDISCIPLINARI. PER ARRIVARE A SFIORARE I SEGRETI DEI PROFESSIONISTI, ALCUNE LEZIONI VEDRANNO COME SPECIAL GUEST I NOSTRI CAMPIONI NAZIONALI DEL NUOTO!

### ABBONAMENTI STAGIONALI:

POSSIBILITÀ DI ABBONAMENTO STAGIONALE SCALARE, IN FUNZIONE DEL NUMERO DI MESI RESIDUI. SFRUTTA AL MASSIMO LA TUA VOGLIA DI NUOTARE.

I CORSO 18/9-28/01  
II CORSO 29/01-31/05

## LEZIONI PRIVATE

CONTATTATE LA SEGRETERIA, AMPIA  
DISPONIBILITÀ PER OGNI TIPO DI ESIGENZA.  
CORSI PARTICOLARI E/O ESCLUSIVI PER GRUPPI AZIENDALI,  
PARROCCHIALI, SCUOLE ECC. A TARIFFE PARTICOLARI.

## NUOTO LIBERO

Lunedì	6.15-8.15, 13.45-17.00, 21.10-22.50
Martedì	6.30-8.15, 13.45-16.10, 21.10-22.50
Mercoledì	6.00-8.15, 13.45-17.50, 20.20-22.50
Giovedì	6.30-8.15, 13.45-17.00, 21.10-22.50
Venerdì	6.15-8.15, 13.45-16.10
Sabato	9.50-20.20
Domenica	9.50-17.50

## HYDROGYM A ENTRATE

Lunedì	13,40-14,30
Lunedì	19,30-20,20
Martedì	13,40-14,30
Martedì	19,30-20,20
Mercoledì	18.40-19.30
Mercoledì	19.30-20.20
Giovedì	13,40-14,30
Giovedì	19,30-20,20
Venerdì	19,30-20,20
Sabato	12.20-13,10

## AQUAFAMILY

Sabato	18.40-19.30
Sabato	19.30-20.20
Domenica	12.30-13.20
Domenica	13.20-14.10
Domenica	14.30-15.20
Domenica	15.20-16.10
Domenica	16.10-17.00
Domenica	17.00-17.50

UN POMERIGGIO IN ALLEGRIA IN COMPAGNIA DEI TUOI BAMBINI. NELLA CORNICE DELLA NOSTRA PISCINA CON GIOCHI, PERCORSI SUBACQUEI, TUBI ECC. UN MODO DIFFERENTE DI PASSARE UN'ORA CON TUTTA LA FAMIGLIA!  
VI ASPETTIAMO!  
BAMBINO + GENITORE IN ACQUA



**DAL PRINCIPIANTE  
ALLE OLIMPIADI**

## NUOTO A COLAZIONE

Lunedì	6.15-8.15
Martedì'	6.30-8.15
Mercoledì	6.00-8.15
Giovedì'	6.30-8.15
Venerdì	6.15-8.15



INIZIA LA TUA GIORNATA CON UNA NUOTATA. VIENI IN PISCINA PRIMA DI ANDARE IN UFFICIO. LA PISCINA CHE SI SVEGLIA PER PRIMA IN ITALIA

WHAT'S  
YOUR  
LIMIT?

**AZZURRA**  
1991 CSI



**LA SQUADRA DEGLI ATLETI OLIMPICI  
TI ASPETTA A BRACCIA APERTE  
SE VUOI FARE AGONISMO, SCEGLI IL MEGLIO!  
INFORMATI IN SEGRETERIA**



## RECUPERI LEZIONI

**LE GIORNATE E GLI ORARI  
DEI RECUPERI SONO  
VISIONABILI IN  
SEGRETERIA**

### NUOTO BAMBINI

CORSO MONOSETTIMANALE 2 RECUPERI  
CORSO BISETTIMANALE 4 RECUPERI

### NUOTO ADULTI

CORSO MONOSETTIMANALE 1 RECUPERO  
CORSO BISETTIMANALE 2 RECUPERI

**I RECUPERI DEVONO ESSERE  
UTILIZZATI ENTRO  
IL TERMINE DEL CORSO**

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER  
COMPILANDO IL MODULO SU  
[WWW.CORSINUOTO.COM](http://WWW.CORSINUOTO.COM):  
SARAI INFORMATO SU TUTTE LE  
INIZIATIVE.  
CI PUOI TROVARE ANCHE SU  
FACEBOOK:  
"CORSI PISCINA TANARI"

[WWW.CORSINUOTO.COM](http://WWW.CORSINUOTO.COM)