

## **CORSO di NUOTO ADULTI AVANZATO**

Corso consigliato a tutti coloro che, avendo una buona padronanza dei 4 stili, vogliono migliorare il loro grado di preparazione tecnica e fisica.

Un allenatore preparato e coinvolgente riuscirà a far migliorare e a far progredire l'utente nelle prestazioni natatorie.

Il corso è rivolto agli utenti dai 13 anni in poi.

### **MERCOLEDI' dalle 19:00 alle 20:00**

1° periodo: da 04.10.2023 a 31.01.2024 euro 182.80

2° periodo: da 07.02.2024 a 29.05.2024 euro 195.00

### **VENERDI' dalle 19:00 alle 20:00 – dalle 20:00 alle 21:00**

1° periodo: da 06.10.2023 a 26.01.2024 euro 170.70

2° periodo: da 02.02.2024 a 31.05.2024 euro 207.20

### **...UN PO' DI INFORMAZIONI UTILI:**

- ✓ Moduli iscrizione e privacy firmati (per i minori firma di entrambi i genitori).  
Si possono scaricare dal sito.
- ✓ Quota iscrizione: euro 10,50.
- ✓ Costo badge: euro 3,50.
- ✓ Asciugacapelli: euro 0,20.
- ✓ Obbligo di cuffia e di ciabatte da piscina. E' vietato l'uso dei sovrascarpe.
- ✓ Per la frequenza ai corsi è obbligatorio (dai 6 anni in poi) il certificato medico NON AGONISTICO rilasciato da un medico sportivo e/o dal proprio medico di base.
- ✓ Le lezioni perse non possono essere recuperate.
- ✓ Lezioni sospese:
  - Mercoledì 1 novembre 2023
  - Venerdì 8 dicembre 2023
  - da Sabato 23 dicembre 2023 a Domenica 7 gennaio 2024 compresi
  - da Giovedì 28 marzo a Martedì 2 aprile 2024 compresi
  - Giovedì 25 aprile 2024
  - Mercoledì 1 maggio 2024

### **Per informazioni:**

[www.piscineitalcementi.org](http://www.piscineitalcementi.org)

[info@piscineitalcementi.org](mailto:info@piscineitalcementi.org)

Telefono: 035 251171