

Nuoto

Corsi di Nuoto per bambini e ragazzi dall'ambientamento all'agonismo Adulti da principianti a master Terza Età

CORSI DI AMBIENTAMENTO
4 lezioni (1 mese) 35,00 €

CORSI DI NUOTO BAMBINI E RAGAZZI
4 lezioni (1 mese) 26,00 €
8 lezioni (1 mese) 48,00 €

CORSO DI NUOTO per ADULTI e TERZA ETA'
4 lezioni (1 mese) 30,00 €

CORSO MASTER per adulti esperti
bi-settimanali (3 mesi) 150,00 €

LEZIONI INDIVIDUALI
singola, 45 min 18,00 €
10 lezioni, 45 min 170,00 €

CORSI DI AMBIENTAMENTO (bollicine, girini, ranocchi)

Lo scopo principale di un corso di ambientamento, che può avere una durata variabile di poche settimane ad alcuni mesi, è di far acquisire al bambino attraverso il gioco, un rapporto naturale con l'ambiente acqua. L'allievo deve essere in grado di fare in acqua tutto ciò che fa sulla terra ferma. Nel livello "ranocchio", ultima fase

prima dei corsi di nuoto, vengono introdotte le prime posture, gli scivolamenti e le forme di propulsione. Da 30min a 45min a secondo dell'età e del livello.

CORSI DI NUOTO BAMBINI E RAGAZZI (pesce palla, stella marina, cavalluccio, delfino, squalo)

Corsi di nuoto proposti a bambini e ragazzi che abbiano superato il livello ambientamento. Dai principianti ai livelli più evoluti, l'importante è condividere la stessa voglia di divertirsi praticando un'attività sportiva. Ci piace pensare che gli allievi di oggi potranno diventare gli atleti di domani!

CORSO DI NUOTO per ADULTI e TERZA ETA'

I corsi adulti sono rivolti ad adulti (senza limite di età!!) e ragazzi dai 16 anni, cercando di condividere apprendimento, benessere e divertimento.

Sono proposti corsi di nuoto per bambini (da 1 anno), ragazzi, adulti e terza età. Le lezioni vengono divise per livello di capacità e per età. I corsi di nuoto collettivi ed individuali vengono svolti tutto l'anno.

Il nuoto è uno sport adatto a tutti, completo e benefico: è scientificamente provato che nuotare faccia bene alla salute, alla longevità ed al benessere in generale.

