



**S.S.D. "Nuoto Club Castiglione"**



## POLO NATATORIO COMUNALE S.PIETRO

Castiglione delle Stiviere (MN) – Via Don Mazzolari, 2

### **EXTRA TEENAGERS dai 14 anni ai 18 anni** **ACQUA + PALESTRA - 75' TOTALI**

L'attività di propaganda è in funzione agli scopi istituzionali ed è necessaria per lo sviluppo e la divulgazione dello Sport dilettantistico nazionale. Per coloro che faranno domanda per la pratica dell'attività istituzionale la società provvederà al tesseramento di questi ad una delle federazioni o enti sportivi a cui è affiliata

#### **ALLENAMENTO IN PALESTRA 15.00/15.30 ALLENAMENTO IN ACQUA 15.30/16.15**

L'istruttore segue i ragazzi in un programma in acqua che prevede apprendimento degli stili, nuoto per salvamento, nuoto pinnato, tuffi, apnea, ginnastica in acqua, pallanuoto.

Il programma in palestra prevede esercizi di potenziamento e tonificazione (addominali, braccia, pettorali).

#### **✓ ABBONAMENTO FISSO BIMESTRE APRILE MAGGIO 2026**

MARTEDI DAL 08/09 AL 27/10 8 LEZIONI € 80,00

GIOVEDI DAL 10/09 AL 29/10 8 LEZIONI € 80,00

#### **✓ ABBONAMENTO OPEN 8 ALLENAMENTI € 88,00**

da prenotare a scelta martedì e/o giovedì entro le ore 14.00, disdetta prenotazione entro le 10.00 del giorno del corso. Da utilizzare entro maggio 2026 (se ti avanzano delle lezioni valutiamo un posticipo per settembre 2026).

**○ ISCRIZIONE:** All'atto dell'iscrizione farai il pagamento del corso, il pagamento dell'assicurazione infortuni di € 10,00 e quello del badge di accesso di € 5,00.

E'richiesto il certificato per attività sportiva non agonistica, originale da visionare e firma grafometrica su scannerizzazione dello stesso. Senza certificato non si può accedere e la lezione è considerata persa. Il certificato può essere portato anche il giorno d'inizio, ma prima di accedere alla lezione.

**○ MATERIALE:** badge da portare ad ogni accesso, costume, telo o accappatoio, ciabatte e cuffia da bagno. La borsa va sempre riposta nell'armadietto e i vestiti non vanno lasciati sulle panche.

**○ SICUREZZA:** per ragioni di sicurezza non si potrà entrare in acqua prima dell'orario di inizio del corso e rimanere in acqua oltre l'orario del corso.

#### **○ GESTIONE RICONFERME PER I CORSISTI GIÀ ISCRITTI SULL'ABBONAMENTO FISSO:**

Da settembre a maggio avrete sempre la priorità di riconferma con pagamento della quota per il corso successivo.

(novembre – dicembre – gennaio 2027)

riconferma nello stesso giorno e orario dal 05/10 al 11/10

riconferma con cambio orario o fascia dal 12/10 al 18/10

iscrizioni nuovi iscritti dal 19/10

#### **○ GESTIONE ASSENZE E INTERRUZIONI CORSO:**

Le lezioni perse per motivi personali non possono essere recuperate.

Nel caso di mancata frequenza per malattia o motivi personali, l'abbonamento al corso non potrà essere in nessun caso ceduto ad un altro utente, anche se familiare.

Nel caso di interruzione del corso entro il primo mese e solo per motivi di salute (interruzione definitiva, quindi sospesa la frequenza), la direzione si riserva di valutare dietro presentazione di certificato medico che accerti il problema di salute, la possibilità di calcolare un buono pari al 50% della quota pagata, meno il costo delle lezioni effettuate dall'istruttore fino alla consegna del certificato. Il buono verrà caricato sull'anagrafica e dovrà essere utilizzato entro il corso successivo.

#### **○ COMUNICAZIONE SERVIZIO DOCCE E ASCIUGACAPELLI**

Il servizio per le docce e gli asciugacapelli è un costo aggiuntivo e non obbligatorio. L'attivazione del servizio € 1,00 + 1 doccia di 3 minuti o asciugacapelli 20 cent (acquisto minimo € 1,00 per 5 docce/asciugacapelli).

Questa scelta è stata introdotta per promuovere un uso più consapevole delle risorse e ha già portato ottimi risultati:

- Riduzione dei costi e dei consumi energetici
- Minor affollamento nelle docce e negli spogliatoi
- Minore spreco di acqua e corrente
- Maggior responsabilità dell'utilizzo del servizio

**I nostri contatti:** e-mail [segreteria@centronuotocastiglione.it](mailto:segreteria@centronuotocastiglione.it) Tel 0376 632772 - Whatsapp solo messaggi 333 4362226

**Il nostro sito:** [www.centronuotocastiglione.com](http://www.centronuotocastiglione.com)

**La nostra APP** Scarica l'app WELLTEAM dal tuo store (disponibile sia per dispositivi Android che iOS).

Potrai accedere al Centro direttamente con il tuo cellulare e tenere sott'occhio il tuo abbonamento, prenotare e disdire le lezioni, la scadenza del certificato medico e tanto altro. Cerca nella lista proposta NUOTO CLUB CASTIGLIONE.

**I nostril social** Instagram @Piscinacastiglione