

## CORSI ADULTI

### NUOTO ADULTI dai 14 anni (lezioni da 45')

LUN: 13.00 19.15 20.00  
 MAR: 19.15  
 MER: 09.15 19.15  
 GIO: 19.15 20.00  
 VEN: 09.15 13.00 19.15  
 DOM: 11.15

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 184,00 € bisettimanale 335,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 280,80 € bisettimanale 487,50 €

### SWIM INTERVAL TRAINING (lezione da 60')

MER: 20.00

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 210,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 322,00 €



### CORSO GESTANTI (lezioni da 45')

previa prenotazione  
 lezione da max 7 gestanti  
 DA DEFINIRE  
**PACCHETTO** 5 LEZIONI 45,00 €

**E' NECESSARIA LA QUOTA ISCRIZIONE: 22€**

**SCONTI** 3° FIGLIO: 10% sulla quota di abbonamento dei corsi.  
 OVER (65 anni compiuti): 10% sulla quota di abbonamento dei corsi.

## CORSI BAMBINI

### NEONATALE: 3 mesi - 3 anni (lezioni da 30')

VEN 10:00 — 10:30 — 11:00  
 SAB: 09:00 — 09:30 — 10:00 — 10:30 — 11:00 — 11:30 — 12:00 — 15:00  
 DOM: 09:00 — 09:30 — 10:00 — 10:30 — 11:00 — 11:30 — 12:00

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 184,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 280,00 €

### BABY: 3-5 anni (lezioni da 30')

LUN, MER, GIO: 16.45 — 17.15 17.45 18.15  
 MAR, VEN: 17.00 — 17.30 18.00  
 SAB: 09:00 — 09:30 — 10:00 — 10:30 — 11:00 — 11:30 —  
 15.30 — 16.00  
 DOM: 09:00 — 09:30 — 10.00 — 10.30 11.00

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 180,00 € bisettimanale 335,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 275,00 € bisettimanale 487,50 €

— — —  
 —  
 —

— —

## CORSI RAGAZZI

### RAGAZZI: 6 - 13 anni (lezioni da 45')

LUN, MER, GIO: 17.00 — 17.45 — 18.30  
 MAR, VEN: 17.30 — 18.15 —  
 SAB: 09.00 — 09.45 — 10.30 — 11.15 15.30 16.15  
 DOM: 09.45 — 10.30 — —

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 180,00 € bisettimanale 335,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 275,00 € bisettimanale 487,50 €

### TRAINING: 14 - 17 anni (lezioni 60')

LUN, MER, VEN 16.00

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 195,50 € bisettimanale 345,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 295,00 € bisettimanale 435,00 €

### CALENDARIO LEZIONI SOSPESSE PER FESTIVITA'

Martedì 1 NOVEMBRE 2022  
 Giovedì 8 DICEMBRE 2022  
 dal 24 DICEMBRE 2022 al 6 GENNAIO 2023  
 Domenica 9, Lunedì 10 APRILE 2023  
 Martedì 25 aprile 2023  
 Lunedì 1 MAGGIO 2023  
 Venerdì 2 GIUGNO 2023

## CORSI FITNESS in ACQUA

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
09:00						
10:00		ACQUAGYM (45')			ACQUAGYM (45')	
11:00						
11.15						ACQUAGYM (45')
12:00						
13:00						
18.15	FUSION GYM (60')			FUSION GYM (60')		
18.30						
19.00			ACQUACIRCUIT (60')			
19.15	HIDROBIKE (45')	ACQUAGYM (45')		HIDROBIKE (45')		
20:00		HIDROBIKE (45')		ACQUAGYM (45')		
20:15						
20:45						
21:00						

### ACQUAFITNESS

**PRIMO PERIODO** monosettimanale 230,00 € bisettimanale 388,00 €  
**ANNUALE** monosettimanale 345,00 € bisettimanale 577,00 €

trisetttimanale 496,80 €  
 trisetttimanale 649,00 €

## SQUADRA AGONISTICA

Esordienti C  
 Esordienti B  
 Esordienti A  
**CATEGORIA**

Allenamenti pomeridiani  
 dal Lunedì al Sabato.  
 E' possibile chiedere in segreteria  
 per fissare una prova ed un colloquio di idoneità.

**LEZIONE SINGOLA DI ACQUAFITNESS: 10€**

## NUOTO LIBERO

### ORARI

LUN:	07.00	14.00	19.15	21.30	
MAR:	09.00	14.00	19.15	21.30	
MER:	07.00	14.00	19.15	21.30	
GIO:	09.00	14.00	19.15	21.30	* NO VASCA DIDATTICA
VEN:	07.00	14.00	19.15	21.30	(sabato accessibile
SAB:	09:00	18.00*			dalle 12:00 alle 18.00)
DOM:	09.00	13.00*			

### TARIFFE

INTERO:	5,50€	RIDOTTO:	4,00€
---------	-------	----------	-------

### CARNET 10 INGRESSI

( validità 3 mesi dall'attivazione )

INTERO:	50,00€	RIDOTTO:	36,00€
---------	--------	----------	--------

### ABBONAMENTI

TRIMESTRALE: 145,00€

SEMESTRALE: 242,00€

ANNUALE: 360,00€

### LEZIONI PRIVATE DI NUOTO

5 LEZIONI	1 PERSONA: 125€
	2 PERSONE: 100€
10 LEZIONI	1 PERSONA: 225€
	2 PERSONE: 180€

## REGOLAMENTI

Tutti i clienti sono obbligati a rispettare il Regolamento esposto in bacheca all'ingresso.

Si consiglia la presa visione.

Per l'iscrizione ai corsi di nuoto è obbligatorio consegnare in segreteria il certificato medico di "idoneità alla pratica sportiva non agonistica" (D.M. 24/04/2013), valido per tutto il periodo dell'attività sportiva. Non è obbligatorio per i minori di 6 anni.

COLORO CHE FOSSERO SPROVVISTI O NON IN REGOLA CON IL CERTIFICATO MEDICO NON POTRANNO FREQUENTARE LE ATTIVITA' SPORTIVE.

L'iscrizione al corso si ritiene effettiva solo dopo il versamento della quota totale del corso. Il pagamento può essere effettuato con: contanti, bancomat, assegno.

In nessun caso potrà essere richiesto il rimborso - totale o parziale di una quota già versata.

Non è possibile iscriversi o prenotare corsi telefonicamente.

All'atto dell'iscrizione ai corsi di nuoto è necessario presentare il brevetto di acquaticità rilasciato dagli istruttori della nostra Scuola Nuoto dell'anno precedente.

L'orario dei corsi, il calendario e le tariffe potranno subire variazioni a discrezione della Direzione.

Ogni corso potrà essere sospeso a insindacabile giudizio della Direzione se non verrà raggiunto un numero minimo di partecipanti.

L'orario di ingresso in vasca deve essere quello indicato sul programma. Si potrà accedere agli spogliatoi SOLO con l'utilizzo della tessera GIS passandola sui display dei tornelli: si apriranno non più di 15 minuti prima dell'inizio del corso

e lasceranno 30 minuti di tempo per cambiarsi alla fine del corso.

Per i corsi NEO sono obbligatori cuffia e pannolino contenitivo.

La disponibilità di vasche e corsie riservate al nuoto libero varia in funzione dei corsi che vi si svolgono.

Gli abbonamenti 10 ingressi per il nuoto libero hanno una validità di tre mesi dal primo ingresso.

Oltre la data di scadenza gli ingressi residui di tale abbonamento non possono essere né utilizzati né recuperati.

Le scadenze degli abbonamenti non possono essere prorogate.

#### RITIRI DAI CORSI / LEZIONI PERSE

Le singole lezioni perse non sono recuperabili né rimborsabili.

Se vengono perse almeno 4 lezioni consecutive, previa consegna certificato medico specifico, saranno assegnati ingressi omaggio per il nuoto libero.

**GIS MILANO**  
**SSD** DAL 1991

Piscina comunale

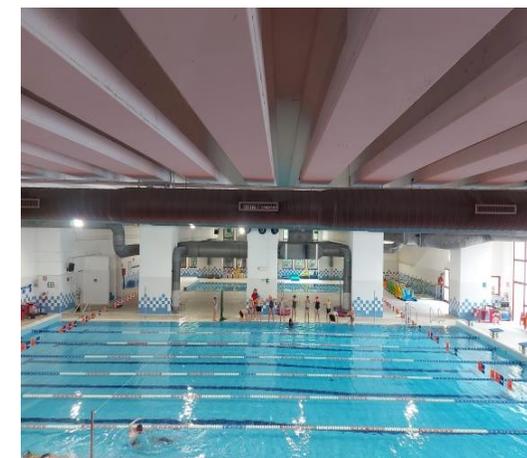
Palestra fitness

Pieve Emanuele

**SCUOLA  
NUOTO**

1° PERIODO: 5 SETTEMBRE 2022 - 26 FEBBRAIO 2023

2° PERIODO: 27 FEBBRAIO 2023 - 18 GIUGNO 2023



Via Magnolie 2, Pieve Emanuele

Telefono:

02.90782421 [piscinapieveemanuele@gismilano.it](mailto:piscinapieveemanuele@gismilano.it)

