

ATTIVITÀ

FITNESS IN ACQUA

Aquafitness (vasca da 25 mt) ●

Lunedì e Giovedì ore 8.15-9.00-13.00;

Aquagym (vasca da 10 mt)* ●

Lunedì e Giovedì ore 9.00-9.45-13.15;

Martedì e Venerdì ore 9.00-9.45- 20.35

Mercoledì ore 18.05-18.50

Aquatrainig (vasca da 10 mt)* ●

Lunedì e Giovedì ore 18.20-19.05;

Martedì e Venerdì ore 19.05;

Sabato ore 12.15

Water Workout (vasca da 10 mt)* ●

Martedì e Venerdì ore 7.30-8.15-13.00

Fit and Bike (vasca da 10 mt)* ●

Mercoledì ore 10.30-12.15-13.00

Martedì e venerdì 19.50

Aquagym Soft (vasca da 10 mt)* ●

Martedì e Venerdì ore 10.30

NUOTO LIBERO

Lunedì e Giovedì dalle ore 7.00 alle ore 15.00;

Martedì e Venerdì dalle ore 7.00 alle ore 8.30 e dalle ore 10.30 alle ore 15.00;

Mercoledì dalle ore 10.00 alle ore 15.00 e dalle ore 18.00 alle ore 21.00*;

Sabato dalle ore 9.00 alle ore 14.00 e dalle ore 18.00 alle ore 19.30*.

*con tessera ad ingressi e ingressi singoli questi orari sono solo su prenotazione,

QR-code per
prenotazioni
in Pool Web



SCUOLA NUOTO

Corso Baby (con genitore in acqua)

Lunedì ore 15.55;

Martedì e Venerdì ore 15.50;

Mercoledì ore 16.00;

Giovedì ore 15.20-16.00;

Sabato ore 8.40-9.20-10.00

Scuola Nuoto bambini

Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì ore 15.20-16.05-16.50-17.35 (durata 45' vasca grande, 40' vasca didattica);

Martedì e Venerdì ore 18.20;

Mercoledì ore 16.00-16.40-17.20;

Sabato ore 9.15-10.00-10.45-11.30 (vasca grande); ore 10.40-11.20 (vasca didattica)

Corso Gestanti e Principianti (vasca didattica)

Lunedì e Giovedì ore 7.30-12.15-19.50-20.35;

Mercoledì ore 19.35 e 20.20

Scuola Nuoto adulti (perfezionamento e principianti - vasca grande)

Lunedì e Giovedì ore 9.00-9.50-18.20-19.05-19.50-20.35;

Martedì e Venerdì ore 8.40-9.30-18.20-19.05-19.50;

Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 13.45 (allenamento intenso)

Scuola Nuoto Pinnato (anche per adulti)

Lunedì e Giovedì ore 12.15;

Mercoledì ore 16.00;

Sabato ore 9.15;

Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 13.45

YOGA

- Giovedì ore 9.00

FIT PILATES

- Lunedì, Martedì e Giovedì ore 18.15 e 19.50

- Mercoledì ore 17.30 e 18.15

- Venerdì ore 19.50

CIRCUIT TRAINING

- Martedì, Giovedì e Venerdì ore 16.55 e 17.40

FUNCTIONAL TRAINING

- Venerdì ore 18.15 e 19.00

- Lunedì, Martedì e Giovedì ore 20.45

STEP FUNZIONALE

- Lunedì, Martedì e Giovedì ore 19.00

TOTAL BODY

- Lunedì ore 14.30

- Giovedì ore 7.15



€ 30 iscrizione annuale - abbonamenti

€ 5 iscrizione stagionale - ingressi

AQUAGYM / FIT&BIKE / AQUAFITNESS

abbonamento

€ 68	mensile bisettimanale
€ 125	bimestrale bisettimanale
€ 60	mensile bisettimanale over 60
€ 39	mensile monosettimanale
€ 75	bimestrale monosettimanale
€ 70	bimestrale monosettimanale over 60

AQUAGYM / FIT&BIKE / AQUAFITNESS

tessere ad ingressi con obbligo di prenotazione (no iscrizione annuale)

€ 9,50	1 ingresso
€ 55	6 ingressi (validità 3 mesi)
€ 100	12 ingressi (validità 6 mesi)
€ 250	50 ingressi (validità 4 mesi)

SCUOLA NUOTO ADULTI

€ 60	mensile bisettimanale
€ 108	bimestrale bisettimanale
€ 55	mensile bisettimanale over 60
€ 50	mensile bisettimanale studenti
€ 65	bimestrale monosettimanale
€ 60	bimestrale monosettimanale over 60

SCUOLA NUOTO BABY/BAMBINI/RAGAZZI

€ 50	mensile bisettimanale
€ 94	bimestrale bisettimanale
€ 60	bimestrale monosettimanale
€ 35	mensile monosettimanale baby
€ 60	mensile bisettimanale baby

NUOTO LIBERO

€ 7,50	1 ingresso
€ 40	6 ingressi (validità 50 giorni)
€ 70	12 ingressi (validità 90 giorni)
€ 150	30 ingressi (validità 7 mesi)
€ 230	50 ingressi (validità 1 anno)

Nuoto libero studenti

€ 7	1 ingresso
€ 35	6 ingressi (validità 50 giorni)
€ 65	12 ingressi (validità 90 giorni)

AUSER € 120 a trimestre

Sconto famiglia solo sul bisettimanale: € 4

dai 3 componenti in su: € 7

VIENI A PROVARE I NOSTRI CORSI !

Ci trovi in Via Tirana, 23 a Padova – 35138 e sul nostro sito www.nuotatoripadovani.org

Puoi **contattarci** al numero 049/8710252 o alla mail segreteria@nuotatoripadovani.org



* Possibilità di **lezioni private** in acqua e in palestra !
Contatta la segreteria per maggiori informazioni su costi e modalità.

FIT PILATES, FUNCTIONAL TRAINING, STEP FUNZIONALE, TOTAL BODY

	1 volta/sett	2 volte/sett	3 volte/sett	4 volte/sett
1 mese	€ 33,00	€ 48,00	€ 68,00	€ 83,00
2 mesi	€ 55,00	€ 90,00	€ 130,00	€ 155,00
3 mesi	€ 85,00	€ 125,00	€ 190,00	€ 228,00
6 mesi	€ 160,00	€ 240,00	€ 360,00	€ 415,00

CIRCUIT TRAINING

	1 volta/sett	2 volte/sett
1 mese	€ 20,00	€ 35,00
2 mesi	€ 40,00	€ 70,00
3 mesi	€ 60,00	€ 105,00
6 mesi	€ 110,00	€ 200,00

YOGA

	1 volta/sett
1 mese	€ 45,00
2 mesi	€ 85,00