

ATTIVITÀ

SCUOLA NUOTO

Corso Baby (con genitore in acqua)

Lunedì ore 15.15 e 15.55;
Martedì e Venerdì ore 15.50;
Mercoledì ore 16.00;
Giovedì ore 15.20 e 16.00;
Sabato ore 8.40-9.20-10.00

Scuola Nuoto bambini (durata 45' vasca grande, 40' vasca didattica)

Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì ore 15.20-16.05-16.50-17.35;
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)

Scuola Nuoto adulti (principianti – vasca didattica)

Lunedì e Giovedì ore 12.15 (anche gestanti);
Lunedì e Giovedì ore 19.50 e 20.35;
Mercoledì ore 19.35 e 20.20

Scuola Nuoto adulti (base e perfezionamento – 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;

Scuola Nuoto Pinnato

Lunedì e Giovedì ore 12.15;
Mercoledì ore 9.00 (crosswim) e 16.00;
Sabato ore 9.15;
Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 13.45

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

Aquatraining (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 ore 19.50

Aquagym Soft (vasca da 10 mt)*

Martedì e Venerdì ore 10.30

NUOTO LIBERO

Lunedì e Giovedì dalle ore 6.30 alle ore 15.00;
Martedì e Venerdì dalle ore 6.30 alle ore 15.00;
Mercoledì dalle ore 9.00 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



YOGA

- Giovedì ore 9.00

FIT PILATES

- Lunedì e Mercoledì ore 17.30
- Lunedì, Martedì, Mercoledì e Giovedì ore 18.15
- Lunedì, Martedì, Giovedì e 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 7.15 e 14.30
- Giovedì ore 7.15



€ 30 iscrizione annuale - abbonamenti

€ 5 iscrizione stagionale - ingressi

FITNESS IN ACQUA

abbonamento

€ 75	mensile bisettimanale
€ 140	bimestrale bisettimanale
€ 65	mensile bisettimanale over 60
€ 40	mensile monosettimanale
€ 77	bimestrale monosettimanale
€ 35	mensile monosettimanale over 60

FITNESS IN ACQUA/CORSI DI NUOTO CON

ISTRUTTORE/TOTAL BODY/LEZIONI DI PROVA tessere ad ingressi con obbligo di prenotazione

€ 10	1 ingresso
€ 58	6 ingressi (validità 45 giorni)
€ 110	12 ingressi (validità 3 mesi)
€ 270	50 ingressi (validità 4 mesi)

SCUOLA NUOTO ADULTI

€ 65	mensile bisettimanale
€ 120	bimestrale bisettimanale
€ 60	mensile bisettimanale over 60
€ 60	mensile bisettimanale studenti
€ 70	bimestrale monosettimanale
€ 65	bimestrale monosettimanale over 60

SCUOLA NUOTO BABY/BAMBINI/RAGAZZI

€ 50	mensile bisettimanale
€ 94	bimestrale bisettimanale
€ 60	bimestrale monosettimanale
€ 40	mensile monosettimanale baby
€ 60	mensile bisettimanale baby

NUOTO LIBERO

€ 7,50	1 ingresso
€ 40	6 ingressi (validità 40 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 40 giorni)
€ 65	12 ingressi (validità 90 giorni)

AUSER (solo Acquagym martedì e venerdì ore 10.30)

€ 130 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, anche in inglese!
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	€ 35,00	€ 60,00	€ 82,00	€ 100,00
2 mesi	€ 65,00	€ 115,00	€ 155,00	€ 180,00

CIRCUIT TRAINING

	1 volta/sett	2 volte/sett
1 mese	€ 25,00	€ 42,00

YOGA

	1 volt/sett
1 mese	50 €
2 mesi	90 €

sconto del 10% su 3 mesi e del 20% su 6 mesi