



## Corsi nuoto

- bimbi dal lunedì al sabato;
- adulti: lunedì, martedì, mercoledì e giovedì
- acquaticità: martedì e sabato.



CORSI di:

- Nuoto Pre Agonismo
- Nuoto Agonistica
- Nuoto per Salvamento
- Squadra Master

## Orario Nuoto libero

*Dal lunedì al venerdì  
dalle 9:00 alle 21:30;  
sabato 8:00-18.00;  
domenica e festivi  
9:00-13:30.*

*La chiusura dell'impianto sarà effettuata  
30 minuti dopo la chiusura della vasca.*

Corsi di:  
**Acqua Gym**  
**Acqua Tone**  
**Hydro Bike**  
**Pilates**  
**Total Body**  
**G.A.G.**  
**TRX**  
**Circuit Training**



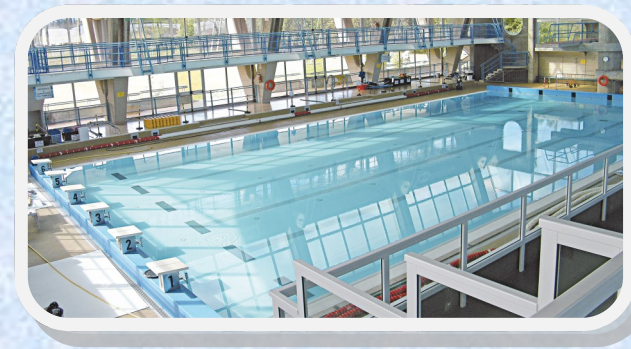
Città di  
**MONDOVÌ**

## PISCINA COMUNALE

**Corso Europa 36**  
**Mondovì (Cuneo)**

**Recapiti telefonici (Provvisori)**

**3274989762 - 3407385702**



**PER POTER ACCEDERE AI LOCALI DELLA PISCINA E DELLE SALE FITNESS è necessario ESIBIRE IL GREEN PASS**

Genitori clienti,  
in base al D.L. n. 105 del 23 luglio 2021 e DPCM 17 giugno 2021, Vi invitiamo  
• ad esibire il QR Code apposto sul Green Pass\* in modalità cartacea o digitale  
• a tenere a disposizione un documento di identità per il vostro riconoscimento.

\*L'obbligo di esibire il Green Pass non si applica ai bambini di età inferiore ai 12 anni compiuti e ai soggetti esenti, per effetto di idonea certificazione medica.

**GRAZIE**  
per la vostra pazienza e collaborazione!

**A.Ste.Ma. s.a.s.**  
GESTIONE PISCINE E IMPIANTI SPORTIVI

## NUOTO LIBERO

Dal lunedì al venerdì dalle **9:00** alle **21:30**, il sabato dalle **8:00** alle **18:00** e la domenica e i festivi dalle **9:00** alle **13:30**.

**La chiusura dell'impianto sarà effettuata 30 minuti dopo la chiusura vasca.**

GIORNALIERO		TESSERE A INGRESSI <small>(Scadenza 31/07/2022) Sono obbligatori certificato medico e quota iscrizione annuale € 15,00</small>	
1 INGRESSO € 6,00	10 INGRESSI € 50	20 INGRESSI € 90	
1 ING. RID. € 4,50	10 ING. RID. € 35	20 ING. RID. € 60	

*Ingresso gratuito over 70 e disabili.*

**MENSILE NUOTO LIBERO: € 60,00- Ridotto € 50,00**  
**TRIMESTRALE NUOTO LIBERO: € 150 intero - Ridotto € 135**  
(Ridotto: inferiori ai 13 anni compiuti e dai 65 ai 70)

## CORSO NUOTO - BIMBI

Età compresa dai 4 ai 16 anni - Durata 7 (sette) settimane  
**7 lezioni: € 65,00 – 14 lezioni: € 120,00**

Lunedì Giovedì	Martedì Venerdì	Mercoledì	Sabato
1 <sup>a</sup> turno: dalle 15:45 alle 16:30	1 <sup>a</sup> turno: dalle 15:45 alle 16:30	1 <sup>a</sup> turno: dalle 15:45 alle 16:30	1 <sup>a</sup> turno: dalle 10:30 alle 11:15
2 <sup>a</sup> turno: dalle 16:30 alle 17:15	2 <sup>a</sup> turno: dalle 16:30 alle 17:15	2 <sup>a</sup> turno: dalle 16:30 alle 17:15	2 <sup>a</sup> turno: dalle 11:15 alle 12:00
3 <sup>a</sup> turno: dalle 17:15 alle 18:00	3 <sup>a</sup> turno: dalle 17:15 alle 18:00	3 <sup>a</sup> turno: dalle 17:15 alle 18:00	

## CORSO NUOTO ADULTI

**7 lezioni: € 75,00 – 14 lezioni: € 125,00 – Lezione singola: € 13,00**

**Martedì e Giovedì:** 1° turno: dalle 10.00 alle 10.50

**Lunedì e Mercoledì:** 1° t.: 19.00/19.50 - 2° t.: 19.50/20.40

## ACQUATICITÀ

(dai 3 mesi ai 4 anni, con un adulto accompagnatore)

**10 lezioni (scadenza 30/06/2022): € 65,00**

**Lezione singola: € 11,00**

### Martedì:

1° turno: dalle 18:00 alle 18:30

2° turno: dalle 18:30 alle 19:00

### Sabato:

1° turno: dalle 09:00 alle 09:30

2° turno: dalle 09:30 alle 10:00

3° turno: dalle 10:00 alle 10:30

Lezione privata di nuoto individuale € 30

Lezione privata di nuoto per due persone € 50

## Orario settimanale <sup>\*3</sup>

Le lezioni in palestra e in vasca **devono essere prenotate e disdet- te in tempo utile** se non possono essere eseguite. È possibile par- tecipare alle lezioni anche senza prenotazione qualora ci siano posti disponibili.

**Chi prenota ha la precedenza.**

*(\*3 Le lezioni saranno garantite con almeno tre iscritti).*

### PISCINA: ACQUA GYM / HYDRO BIKE / ACQUA TONE

LEZIONI DELLA DURATA DI 45 MINUTI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
<b>9.30</b> ACQUA GYM		<b>9.30</b> ACQUA GYM		<b>9.30</b> ACQUA GYM	<b>10.30</b> ACQUA TONE
<b>13.00</b> ACQUA TONE	<b>13.00</b> HYDRO BIKE	<b>13.00</b> ACQUA TONE	<b>13.00</b> HYDRO BIKE	<b>13.00</b> ACQUA TONE	
<b>18.15</b> ACQUA GYM	<b>18.15</b> HYDRO BIKE	<b>18.15</b> ACQUA GYM	<b>18.15</b> HYDRO BIKE	<b>18.15</b> HYDRO BIKE	
	<b>19.00</b> ACQUA TONE		<b>19.00</b> ACQUA TONE		

### PALESTRA: PILATES / G.A.G. / TRX / TOTAL BODY / CIRCUIT TRAINING

LEZIONI DELLA DURATA DI 60 MINUTI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	<b>9.30</b> PILATES		<b>9.30</b> PILATES		
<b>13.00</b> CIRCUIT TRAINING		<b>13.00</b> CIRCUIT TRAINING		<b>13.00</b> CIRCUIT TRAINING	
<b>18.30</b> G.A.G.		<b>18.30</b> G.A.G.		<b>18.30</b> G.A.G.	
<b>19.30</b> TOTAL BODY		<b>19.30</b> TOTAL BODY			

- L'orario potrebbe subire delle variazioni che saranno preventivamente comunicate, mediante affissione, dalla segreteria.
- Sono ammesse sospensioni per motivi di salute con certificato medico.

## Abbonamenti

**QUOTA ISCRIZIONE ANNUALE € 15**

È obbligatorio il certificato medico di idoneità non ago- nistica per sottoscrivere qualsiasi abbonamento.

⇒ **Mensile Open 2: € 45,00**

(2 lezioni settimanali di fitness piscina/palestra  
+1 ingresso nuoto libero settimanale)

⇒ **Mensile Open 3: € 55,00**

(3 lezioni settimanali di fitness piscina/palestra  
+1 ingresso nuoto libero settimanale)

⇒ **Mensile Open 4: € 65,00**

(4 lezioni settimanali di fitness piscina/palestra  
+1 ingresso nuoto libero settimanale)

⇒ **Mensile Open 6: € 75,00**

(5/6 lezioni settimanali di fitness piscina/palestra  
+ nuoto libero)

⇒ **Bimestrale Open: € 135,00**

(5/6 lezioni settimanali piscina/palestra  
+ nuoto libero)

⇒ **10 Ingressi Open: € 75,00**

fitness piscina/palestra (Scadenza 31/07/2022)

⇒ **Lezione singola: € 12,00**

fitness piscina/palestra

**Importante:** gli abbonamenti offrono la possibilità di effettuare il numero di lezioni settimanali per i quali sono stati sottoscritti. Nel caso che il cliente non riesca a effettuare il numero massimo delle lezioni non esiste nessun obbligo di doverle recuperare.

Non è possibile cedere il proprio abbonamento a familiari o a terzi. Abbonamenti e ingressi ridotti per Under 13 e Over dai 65 ai 70.

Sconti 10% per ditte e strutture convenzionate.

(\*1\*2 Le lezioni saranno garantite con almeno tre partecipanti)

**Per informazioni rivolgersi al personale della reception.**

La Direzione (22 gennaio 2022)