

SPORTIVA STURLA

Associazione Sportiva Dilettantistica - Fondata nel 1920 - Stella d'oro C.O.N.I. al merito sportivo
via 5 Maggio 2d - 16147 Genova - telefono 010.3730772 (segreteria) - 010.3730765 (fax) - 010.397233 (bar)
www.sportivasturla.it email: segreteria@sportivasturla.it

AQUAGYM e CORSI NUOTO per adulti dal 14 Settembre 2009 al 12 Giugno 2010

TABELLA PROGRAMMA CORSI

ora inizio/fine	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
09,00 / 09,45	nuoto adulti <i>Cri</i>	aquagym <i>Cri</i>		aquagym <i>Cri</i>	nuoto adulti <i>Cri</i>	
09,45 / 10,30	aquagym <i>Dan</i>	aquagym <i>Cri</i>	aquagym <i>Dan</i>	aquagym <i>Cri</i>	aquagym <i>Dan</i>	
10,00 / 10,45						nuoto adulti <i>Rob</i>
11,00 / 11,45	nuoto adulti <i>Dan</i>		nuoto adulti <i>Dan</i>		nuoto adulti <i>Dan</i>	gestanti (1h) <i>Rob</i>
11,45 / 12,45		gestanti <i>Cri</i>			gestanti <i>Cri</i>	
12,00 / 12,45						aquagym <i>Rob</i>
12,30 / 13,15	nuoto adulti <i>Dan</i>	aquagym <i>Cl</i>	nuoto adulti <i>Dan</i>	aquagym <i>Cl</i>	nuoto adulti <i>Dan</i>	
12,45 / 13,30						aquagym <i>Rob</i>
13,15 / 14,00	aquagym <i>Dan</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Dan</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Dan</i>	Istruttori Barbara Bar Claudia Cl Cristina Cri Daniela Dan Roberta Rob
19,00 / 19,45	aquagym <i>Rob</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Rob</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Rob</i>	
19,45 / 20,30	aquagym <i>Rob</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Rob</i>	aquagym <i>Cl</i>	aquagym <i>Rob</i>	
20,00 / 20,45		nuoto adulti <i>Bar</i>		nuoto adulti <i>Bar</i>		
20,30 / 21,15	nuoto adulti <i>Rob</i>		nuoto adulti <i>Rob</i>		nuoto adulti <i>Rob</i>	

Corsi Aquagym

- Corsi delle ore 9.00 - 9.45 - 13.15 - 19.00 - 19.45

2 lezioni settimanali (martedì-giovedì oppure due a scelta fra lunedì-mercoledì-venerdì)

E' necessario certificato medico di idoneità per attività non agonistica.

1° periodo - dal 14 Settembre al 30 Ottobre	14 lez.	€ 98,00	+ quota iscrizione annuale € 25,00
2° periodo - dal 2 Novembre al 23 Dicembre	15 lez.	€ 105,00	+ quota iscrizione annuale € 25,00
3° periodo - dal 7 Gennaio al 26 Febbraio	15 lez.	€ 105,00	+ quota iscrizione annuale € 25,00
4° periodo - dal 1 Marzo al 30 Aprile	16 lez.	€ 112,00	+ quota iscrizione annuale € 25,00
5° periodo - dal 3 Maggio al 11 Giugno	12 lez.	€ 84,00	+ quota iscrizione annuale € 25,00

- Tessera 10 ingressi "aquagym"

Validità: tutti i corsi ad esclusione delle ore 9.45 e 19.00.
Da esaurirsi nel periodo. E' necessario certificato medico di idoneità per attività non agonistica.

€ 80,00

Quota iscrizione annuale
€ 25,00

- Ingresso singolo "aquagym"

Validità: tutti i corsi ad esclusione delle ore 9.45 e 19.00

€ 9,00

Acquistabile direttamente
negli spogliatoi

Corsi Gestanti	ingresso singolo € 10,00	Acquistabile direttamente negli spogliatoi previa presentazione del certificato medico del ginecologo
Corsi Nuoto Adulti collettivi	ingresso singolo € 8,00	Acquistabile direttamente negli spogliatoi
Corsi Nuoto Adulti individuali	ingresso singolo € 20,00	Prevvia prenotazione in Segreteria

Ad insindacabile giudizio degli assistenti bagnanti, gli accessi potranno essere limitati al raggiungimento del numero massimo di frequentatori.

LE TARIFFE E GLI ORARI POSSONO VARIARE IN QUALUNQUE MOMENTO

REGOLAMENTO

- Le nuove iscrizioni ed i rinnovi (abbonamenti e tessere) vengono effettuati solo in presenza di certificato medico valido per l'intero periodo di attività.
- Non sono previsti rimborsi di alcun genere per nessun motivo.
- Gli spogliatoi sono a disposizione da 15 minuti prima a 20 minuti dopo l'orario dell'attività a cui si è iscritti.
- E' obbligatorio entrare in vasca attraverso il corridoio delle docce.
- E' obbligatorio l'uso della cuffia in vasca. Per motivi tecnici e igienici non è consentito togliersi la cuffia prima dell'uscita dall'acqua.
- E' vietato l'utilizzo di asciugacapelli personali e/o di qualunque apparecchio elettrico.
- E' vietato consumare cibi o bevande negli spogliatoi o sul piano vasca.
- E' vietato introdurre sul piano vasca contenitori in vetro o altro materiale tagliente.
- E' vietato l'uso di gomma da masticare.
- E' vietato usare palette, maschere o palloni. L'uso di attrezzature in vasca (pinne, tubi, ecc.) è comunque sempre soggetto alla autorizzazione del personale.
- La Direzione non risponde di denaro o valori lasciati all'interno dell'impianto natatorio.
- Le tessere devono essere presentate al personale PRIMA di accedere agli spogliatoi.
- Le tariffe e gli orari possono variare in qualunque momento.

Orario Segreteria

dal 1 Settembre 2009 al 12 Giugno 2010

Lunedì	=====	-	15.30/19.30
Martedì	9.00/12.00	-	15.30/19.30
Mercoledì	=====	-	15.30/19.30
Giovedì	=====	-	15.30/19.30
Venerdì	9.00/12.00	-	15.30/19.30
Sabato	9.00/12.00	-	=====

Chiusure impianto festive

1 Novembre
8 Dicembre
dal 24 Dicembre al 26 Dicembre
31 Dicembre e 1 Gennaio
dal 1 Aprile al 7 Aprile
25 Aprile
1 Maggio
2 Giugno