



CORSI DI NUOTO



CN UISP CAVINA Via Biancolelli 36 - Bologna
segreteria 051-406662 - email: nuoto.cavina@uispbologna.it

www.uispbologna.it/nuoto/cavina

entrata atrio uffici a sinistra (sig.re Angela e Giancarla)

3° PERIODO: 18 MARZO 2012 - 8 GIUGNO 2012

RE-ISCRIZIONI da lunedì 20 FEBBRAIO

NUOVE ISCRIZIONI da lunedì 27 FEBBRAIO

APERTURA SEGRETERIA :

mattino: mercoledì e sabato dalle 10,30 alle 12,00
pomeriggio: dal lunedì al venerdì dalle 16,00 alle 20,00

dal 27 FEBBRAIO al 24 MARZO:

mattino: dal lunedì al sabato dalle 10,00 alle 12,00
pomeriggio: dal lunedì al venerdì dalle 16,00 alle 20,00

**CORSI BEBE', BAMBINI,
RAGAZZI, ADULTI DI
TUTTI I LIVELLI**

**LEZIONI INDIVIDUALI DI
NUOTO PER BAMBINI,
ADULTI E
DIVERSAMENTE ABILI**

**LEZIONI DI
RIATTIVAZIONE
MOTORIA,
PROPEDEUTICA AL
NUOTO**

CORSI DI ACQUAGYM



SPECIALE FAMIGLIA!!!

Per nucleo familiare con almeno 3 persone sconto 10%

SPECIALE NUOTO ADULTI

tariffe agevolate per i corsi: OPEN serale e turnisti

SPECIALE UNIVERSITARI E POSSESSORI CARTA GIOVANI

tariffe scontate del 20% sui nostri corsi

NUOTO PER BAMBINI

BEBE'

acquaticità per bambini dai 3 mesi ai 6 anni

livelli	SABATO	DOMENICA
POLIPI	9,45	9,45
0-18 mesi (lezione 30')		
GRANCHI	10,20	10,20
18 - 36 mesi (lezione 40')		
DELFINI	11,00	11,00
3-4 anni (lezione 40')		
COCCODRILLI	11,40	11,40
5-6 anni (lezione 40')		
SQUALI	11,40	11,40
senza genitori (lezione 50')		



ACQUAMICA

dai 4 e mezzo ai 6 anni, con esperienza di acquaticità

Lezione di 45'

LUNEDÌ GIOVEDÌ	MARTEDÌ VENERDÌ	MERCOLEDÌ	SABATO
17,00	17,00	17,00	15,20
17,50			

NUOTO BAMBINI e RAGAZZI

dai 6 anni compiuti ai 15 anni

Lezione di 50'

livelli	LUNEDÌ GIOVEDÌ	MARTEDÌ VENERDÌ	MERCOLEDÌ	SABATO
ACQUATICITA'	17,00	17,00	17,00	10,20
	17,50	17,50	17,50	11,10 15,20 16,10 17,00
TECNICO (*)	17,00	17,00	17,00	10,20
	17,50	17,50	17,50	11,10 15,20 16,10 17,00
SPORTIVO	17,00	17,00	17,50	11,10 16,10
	17,50	17,50		17,00
JUNIOR (13-17 Anni)		18,40		
PINNATO	LUNEDI'-MARTEDI'-GIOVEDI'-VENERDI' 17,00 e 17,50			
LEVE	LUNEDI' - MERCOLEDI' - VENERDI' 17,00 L'abbinata dei giorni è da concordarsi con l'allenatore			

(*) N.B.: Per motivi organizzativi e di continuità didattica i bambini che frequentano il livello "TECNICO" una volta alla settimana possono scegliere il corso tra le giornate di MARTEDÌ, MERCOLEDÌ, VENERDÌ E SABATO.

NUOTO PER ADULTI (dai 16 anni)

Lezione di 50'

SERALI

livelli	LUNEDÌ GIOVEDÌ	MARTEDÌ VENERDÌ	LUNEDÌ MERCOLEDÌ	MARTEDÌ GIOVEDÌ	
PRINCIPIANTI terrorizzati		19,30			
PRINCIPIANTI	19,30	18,40 19,30		20,20	
PERFEZIONAMENTO	18,40 19,30	17,00 17,50 18,40 19,30	20,20	20,20	
SPORTIVI	18,40 19,30	17,50 18,40 19,30	20,20		
SUPER SPORTIVO				20,20	
PINNATO				20,20	

OPEN NUOTO SERALE

Per i soli livelli di perfezionamento e sportivo

MARTEDÌ' - GIOVEDÌ'

.... dalle 21.10 alle 22.50

3 CORSIE, ORARIO DI ENTRATA IN VASCA NON VINCOLANTE

arrivi quando vuoi, frequenti quanto vuoi.....max 100 minuti



TURNISTI

PR =principianti PF = perfezionamento SP = sportivo

LUNEDÌ	MARTEDÌ'	MERCOLEDÌ'	GIOVEDÌ'	VENERDÌ'	SABATO
11,00 PR -PF-SP (2-3 corsie esterne)		11,00 PR -PF-SP (2-3 corsie est.)			
14,30 PR -PF-SP (3 corsie)			14,30 PR -PF-SP (3 corsie)		
15,20 PF-SP (3 corsie)			15,20 PF-SP (2 corsie)		15,20 PF-SP (2 corsie)
16,10 PF-SP (3 corsie)	16,10 PF-SP (2 corsie)		16,10 PF-SP (3 corsie)	16,10 PF-SP (2 corsie)	16,10 PF-SP (2 corsie)

CORSI DI AQUARIA E SPECIALI

ACQUAGYM

I = vasca interna / E = vasca esterna

formula open (frequenza libera negli orari e nei giorni desiderati)

open monosettimanale

tessere abbonamento

tessere frequenza mar e gio h 13.00, lun e gio h 17.00 e 17.50



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	13,00 I/E matteo		13,00 I/E valentina		10,00 E lezione master a rotazione	10,30 E a rotazione
	15,00 I matteo	15,00 I crina	15,20 I valentina	15,20 I matteo		
17,00 E elisa			17,00 E natalia		GRANDE SUCCESSO!!!! MASTER DA 90' OGNI SABATO DALLE 10.00 ALLE 11.30 - 3 moduli da 30' moduli frequentabili anche singolarmente	
17,50 E elisa			17,50 E natalia	17,50 E matteo		
18,40 E natalia	18,40 E filippo	18,40 I ornella	18,40 E natalia	18,40 E matteo		
19,30 E natalia		19,30 E ornella				

"OVER 55"

Lezione di 50' - attività motoria in acqua (Continuano le convenzioni INPDAP e SPI)

livelli	LUNEDI'-MERCOCEDI'	MARTEDI'-GIOVEDI'
PRINCIPIANTI	8,30	
PRINCIPIANTI + ESPERTI	9,30	9,00
ESPERTI	10,30	10,00

ACQUE D'ARGENTO

lezione di 50 minuti

Corso di ginnastica in acqua per prevenire e migliorare problematiche di mal di schiena, osteoporosi, circolazione, rinforzo muscolare...

LUNEDI'	MERCOLEDI'
11,00	11,30

ACQUATICITA' ADULTI

attività di acquaticità rivolta a persone affette da sclerosi multipla, atassia, post ictus... in collaborazione con equipe medica del "Mazzacorati" e del "Bellaria"

LUNEDI'	GIOVEDI'
11,30	11,30

GESTANTI (pre-post parto)

Lezione OPEN

Abbonamento 4 o 8 lezioni

LUNEDI'	MERCOLEDI'
dalle 12.30 alle 14.00	dalle 12.30 alle 14.00

