



3° PERIODO: DAL 03/03/2025 AL 25/05/2025

SOSPENSIONI ATTIVITA': da Sabato 19 a Venerdì 25 Aprile compresi + Giovedì 1 Maggio



ORARI SEGRETERIA

Lunedì - Martedì - Giovedì - Venerdì dalle 14.00 alle 20.30

Mercoledì dalle 16:00 alle 20:00

Sabato dalle 08:30 alle 12:30

- Quota di iscrizione di **€ 15,00** ad Unione sportiva ssd a rl nominativa e non trasferibile.
- **CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO OBBLIGATORIO**, dai 6 anni di età. Da consegnare prima dell'inizio del corso in segreteria
- **NECESSARIO SEGNALARE L'ASSENZA CON ANTICIPO** per poter svolgere i **RECUPERI** previsti dal proprio abbonamento: 2 recuperi per iscrizioni Monosettimanali e 4 recuperi per quelle Bisettimanali da svolgere all'interno del periodo.
- Informazioni dettagliate nel **VADEMECUM** consultabile sul sito www.uszolapredosa.it/modulistica
- Ad esclusione della prima iscrizione nella stagione è attiva la possibilità di **pagare con BONIFICO BANCARIO**.
Per richiederne le modalità scrivere a acquasportzola@gmail.com



351.5406229



acquasportzola@gmail.com



www.uszolapredosa.it/nuoto

Per aggiornamenti e promemoria



LISTA BROADCAST WHATSAPP

Manda un "ok" al 3515406229



CANALE TELEGRAM

Cerca ACQUASPORTZOLA



Acqua Sport Zola



@acquasportzola

Continua a nuotare con noi.

ESTATE 2025: A PARTIRE DAL 26 MAGGIO

CI SARANNO CORSI AL PALAZOLA E ALLA PISCINA DEI GESSI

DAI 3 AI 36 MESI

Gruppo 3 - 12 mesi

GIOVEDÌ 14:45 - 15:30

SABATO 9:45 - 10:30

DOMENICA 11:00 - 11:45

Gruppo 10 - 36 mesi

LUNEDÌ 15:30 - 16:15

SABATO 9:00 - 9:45 ; 17:15 - 18:00

DOMENICA 9:20 - 10:05 e 10:10 - 10:55

Quote:

Monosettimanale € 117,00 Bisettimanale € 161,00

BAMBINI

Acquaticità - AMBIENTAMENTO, GALLEGGIAMENTO, IMMERSIONI.

Livello 1 - PRIMI SPOSTAMENTI

LUNEDÌ - MARTEDÌ - GIOVEDÌ - VENERDÌ

15:30 - 16:15 ; 16:15 - 17:00 ; 17:00 - 17:45

17:45 - 18:30 ; 18:30 - 19:15 ; 19:15 - 20:00

SABATO

09:00 - 09:45 ; 09:45 - 10:30

16:30 - 17:15 ; 17:15 - 18:00 ; 18:00 - 18:45

Quote:

Monosettimanale 117,00 € Bisettimanale 161,00 €

ADULTI

Livello 1 - **IN VASCA PICCOLA**, SUPER PRINCIPIANTI

Livello 3 - PRINCIPIANTI - DORSO E STILE LIBERO

Livello 4 - INTERMEDIO - RANA

Livello 5/6 - AVANZATO - DELFINO

LUNEDÌ - MARTEDÌ - GIOVEDÌ - VENERDÌ

14:45 - 15:30 ; 16:15 - 17:00 ;

17:00 - 17:45 ; 17:45 - 18:30 ;

18:30 - 19:15 ; 19:15 - 20:00 ; 20:00 - 20:45

SABATO

09:00 - 09:45 ; 09:45 - 10:30

Quote:

Monosettimanale 141,00€ Bisettimanale 196,00 €

MASTER SOLO BISETTIMANALE, DURATA 90 MINUTI

LUNEDÌ e GIOVEDÌ 20:00 - 21:30

Quote: Trimestrale 297,00€

GINNASTICA IN ACQUA

LUNEDÌ - GIOVEDÌ

14:45 - 15:30 - GIULIA

15:30 - 16:15 - GIULIA

18:30 - 19:15 - GIULIA

19:15 - 20:00 - MARTINA F.

MARTEDÌ - VENERDÌ

18:30 - 19:15 - MARTINA B.

19:15 - 20:00 - MARTINA B.

SABATO

09:00 - 09:45 - CINZIA

09:45 - 10:30 - CINZIA

Quote:

Monosettimanale 149,00 € Bisettimanale 203,00 €

RAGAZZI

Livello 2 - DORSO

Livello 3 - STILE LIBERO

Livello 4 - RANA

Livello 5/6 - DELFINO

LUNEDÌ - MARTEDÌ - GIOVEDÌ - VENERDÌ

15:30 - 16:15 ; 16:15 - 17:00 ; 17:00 - 17:45

17:45 - 18:30 ; 18:30 - 19:15

SABATO

09:00 - 09:45 ; 09:45 - 10:30

Quote: Monosettimanale 117,00 € Bisettimanale 161,00 €

ACQUA360

Il nuoto a corpo libero e pinnato, l'apnea statica e quella dinamica, i principi del salvamento. Sperimentiamo l'acqua a 360°. Un mix unico, intenso e divertente!

MARTEDÌ - VENERDÌ

20:00 - 21:00 - **Turno da 60 minuti**

Quote turno 60':

Monosettimanale 177,00€ Bisettimanale 235,00 €

20:00 - 21:30 - **Turno da 90 minuti**

Quote turno 90':

Monosettimanale 249,00€ Bisettimanale 297,00 €

MANTENIMENTO SALVAMENTO

DURATA 60 MINUTI

MARTEDÌ - VENERDÌ 20:45-21:45

Quote: Monosettimanale 142,00€ Bisettimanale 182,00 €

APNEA SOLO MONOSETTIMANALE, DURATA 60 MIN

VENERDÌ 20:45- 21:45

Quote: Monosettimanale 142,00€