



CITTÀ DI MONCALIERI

# ESTATE

## Stagione 2024

# Piscina di Moncalieri

DAL 10 GIUGNO 2024  
AL 13 LUGLIO 2024

**Orari segreteria**  
dal 10 giugno al 13 luglio 2024

Lunedì	12:00 - 20:00
Martedì	08:00 - 20:00
Mercoledì	12:00 - 20:00
Giovedì	12:00 - 20:00
Venerdì	08:00 - 20:00
Sabato	08:30 - 17:00



Se vuoi avere maggiori informazioni sulla Piscina di Moncalieri **scannerizza il QR Code con il tuo telefono ed inizia a parlare con noi su WhatsApp!**



La nostra assistente virtuale è a tua disposizione per ottenere tutte le informazioni su orari, prezzi e attività.

**RARI NANTES TORINO S.S.D.**  
**C.U.S. TORINO A.S.D.**

Via Matilde Serao, 2 - 10024 Moncalieri (TO)

Cell. 345.1153738

[moncalieri@rarinantestorino.com](mailto:moncalieri@rarinantestorino.com)

[www.rarinantestorino.com](http://www.rarinantestorino.com)



## Acquaticità baby

In piscina i bebè sperimentano in modo naturale le stesse abilità motorie che li renderanno poi in grado di camminare e correre. Il corso fornisce al bambino una base per la sua acquaticità futura tramite scivolamenti ed immersioni con l'aiuto del genitore, il quale è coinvolto attivamente.

### 5-18 mesi

Lunedì			15:20 – 16:00	
Martedì				
Mercoledì				
Giovedì				
Venerdì		10:50 – 11:30		
Sabato	09:10 - 09:50			

### 19-36 mesi

Lunedì				19:00 – 19:40
Martedì			15:20 – 16:00	
Mercoledì				
Giovedì				
Venerdì	10:00 – 10:40			
Sabato	09:50-10:30			

### Tariffe:

6 lezioni € 75,00 (1 recupero)  
12 lezioni € 138,00 (2 recuperi)

## Acquaticità 3-5 anni

I bambini imparano divertendosi a stare a proprio agio in acqua, a muoversi e a mantenere diverse posizioni di galleggiamento. Al centro dell'attività c'è il gioco, che pone le basi che permetteranno di sviluppare la nuotata.

Lunedì		16:50 – 17:30	17:30 – 18:10	
Martedì	16:10 – 16:50	16:50 – 17:30		
Mercoledì	16:10 – 16:50	16:50 – 17:30		
Giovedì				
Venerdì				
Sabato	10:30 – 11:10	11:10 – 11:50		
Domenica				

### Tariffe:

6 lezioni € 75,00 (1 recupero)  
12 lezioni € 138,00 (2 recuperi)

## Scuola nuoto bambini 6-13 anni

Scuola Nuoto Federale riconosciuta dalla Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.): si impara a nuotare "stando bene" in acqua e riuscendo a padroneggiare il proprio corpo fino al perfezionamento dei movimenti richiesti dagli stili natatori e dalle varie discipline praticabili in acqua.

Lunedì		17:35 – 18:25	18:20 – 19:10	
Martedì				
Mercoledì		17:35 – 18:25	18:20 – 19:10	
Giovedì				
Venerdì	16:50 – 17:40	17:35 – 18:25		
Sabato	09:45 – 10:35	10:30 – 11:20		

### Tariffe:

8 lezioni € 86,00 (1 recupero)

16 lezioni € 160,00 (2 recuperi)

Durata delle lezioni 50 minuti: 5' accoglienza, posa accappatoi distanziati, doccia, 45' di attività in acqua

**ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024**



## Scuola Nuoto Junior dai 14 ai 17 anni

Lunedì	18:30-19:15		
Martedì	17:40-18:25		
Mercoledì	17:40-18:25		
Giovedì	18:30-19:15		
Venerdì	17:40-18:25		

### Tariffe:

8 lezioni € 98,00 (1 recupero)  
16 lezioni € 173,00 (2 recuperi)

**ORARI FINO AL 30 GIUGNO 2024**

## Pallanuoto Junior dai 12 anni

Lunedì	14:30 - 16:00		
Martedì	14:30 - 16:00		
Giovedì	14:30 - 16:00		
Venerdì	14:30 - 16:00		

### Tariffe:

Abbonamento mensile frequenza fino a 3 volte a settimana € 90,00 – validità 1 mese

**ORARI FINO AL 30 GIUGNO 2024**

## Scuola nuoto Adulti dai 14 anni

Per i principianti che vogliono sentirsi più sicuri in acqua e per i nuotatori più esperti che desiderino perfezionare la propria tecnica.

Lunedì				19:15 – 20:00	20:00 – 20:45
Martedì	09:00 – 09:45*	09:45 – 10:30*	13:00 – 13:45*	18:30 – 19:15	19:15 – 20:00
Mercoledì				19:15 – 20:00	
Giovedì	13:00 – 13:45*			19:15 – 20:00	20:00 – 20:45
Venerdì	09:00 – 09:45	09:45 – 10:30	18:30 – 19:15	19:15 – 20:00	
Sabato	09:00 – 09:45				

### Tariffe:

8 lezioni € 98,00 (\*over 65: € 83,00) (1 recupero)  
16 lezioni € 173,00 (\*over 65: € 147,00) (2 recuperi)

**ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024**



Sono previste agevolazioni tariffarie per universitari possessori della CUS Card, per maggiori informazioni chiedere in segreteria.

## Abbonamenti per turnisti

Possibilità di prenotare on-line le lezioni che si desidera frequentare in base ai propri turni lavorativi.

### Tariffe:

8 lezioni € 98,00 (da utilizzare entro 2 mesi)  
16 lezioni € 173,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

**Lezioni a prenotazione:** le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

## Lezioni private di nuoto

### PREVIA PRENOTAZIONE

Chi volesse usufruire di lezioni private (individuali o fino a un massimo di tre persone) può richiedere un istruttore qualificato e concordare giorni e orari di frequenza con la segreteria.

#### Tariffe:

10 lezioni private individuali: € 260,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

5 lezioni private individuali: € 135,00 (da utilizzare entro 2 mesi)

Lezioni private individuali singole: € 32,00

**Lezioni a prenotazione:** le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

## Hydrochinesi-Personal Training

### PREVIA PRENOTAZIONE

Lezioni private di hydrochinesi o ginnastica correttiva individuale con orari da concordarsi direttamente con l'istruttore.

#### Tariffe:

10 lezioni private individuali: € 260,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

5 lezioni private individuali: € 135,00 (da utilizzare entro 2 mesi)

Lezioni private individuali singole: € 32,00

**Lezioni a prenotazione:** le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

## Corso Special Time

Per tutti quei bambini che necessitano di particolari attenzioni viene adottato un principio di rapporti numerici individualizzati per favorire al meglio lo sviluppo motorio e cognitivo in acqua.

Martedì	16:00 - 16:45		
Venerdì	16:00 - 16:45		

#### Tariffe:

10 lezioni € 160,00

**ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024**

## Attività ginnico motorie acquatiche e grandi attrezzi acquatici

### PREVIA PRENOTAZIONE

Divertimento al massimo con tutti i benefici dell'acqua: queste attività, adatte ad ogni età, si presentano in numerose declinazioni, ciascuna con i propri specifici obiettivi. Le nostre attività sono numerose e diverse tra loro.

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:00-09:50		Acquagym*			Acquagym*	
10:00-10:45		Acquasoft			Acquasoft	
11:00-11:45		Acquabike			Acquabike	
13:00-13:45		Acquatriathlon			Acquacircuit*	
18:30-19:15	Acquagym	Acquacircuit	Acquacircuit	Acquagym M	Acquacircuit	
19:25-20:10	Acquacircuit		Acquagym M	Acquacircuit		

### Tariffe:

ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024

8 lezioni € 96,00 (\*over 65: € 86,00) (da utilizzare entro 2 mesi)

16 lezioni € 178,00 (\*over 65: € 160,20) (da utilizzare entro 3 mesi)

**Lezioni a prenotazione:** le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

### Tariffe Acquasoft Over 65:

8 lezioni € 81,00 (1 recupero)

16 lezioni € 151,00 (2 recuperi)

### Acquacircuit:

circuito ad intensità variabile composto da più stazioni scelte dell'istruttore (hydrobike, acquatreadmill, acquajump, parallele o piccoli attrezzi) – acqua media

### Acquagym:

attività cardio ad intensità variabile – acqua alta con cinture di galleggiamento

### Acquagym M:

attività cardio ad intensità variabile - acqua media

### Acquatriathlon:

circuito con simulazioni di nuotata (allenamento di arti superiori e addominali con piccoli attrezzi), corsa su acquatreadmill e pedalata su hydrobike – acqua media

### Acquasoft:

attività di media intensità mirata alla postura e al tono muscolare – acqua media e alta con cinture di galleggiamento

## Preparto

### PREVIA PRENOTAZIONE

Martedì	12:00 - 12:45		
Venerdì	12:00 - 12:45		

### Tariffe:

8 prenotazioni € 96,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

lezione singola € 13,00

**Lezioni a prenotazione:** le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

**ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024**

## Nuoto Libero

NON SONO RICHIESTE NÉ L'ISCRIZIONE ANNUALE NÉ LA PRESENTAZIONE DEL CERTIFICATO MEDICO

Lunedì	12:00 - 17:00	19:30 - 21:00*		
Martedì	07:00 - 20:00			
Mercoledì	12:00 - 17:00	19:30 - 21:00*		
Giovedì	12:00 - 20:00			
Venerdì	07:00 - 16:00	19:30 - 21:00*		
Sabato	09:00 - 12:00*	12:00 - 17:00		

\*ingresso su prenotazione

**ORARI FINO AL 13 LUGLIO 2024**

### Tariffe:

Intero € 7,00 (over 65: € 6,00)

Ridotto € 5,00 (minori di 12 anni)

Abbonamento nominativo da 11 Ingressi € 70,00  
(non valido la domenica e da consumare entro 6 mesi)

Abbonamento nominativo da 11 Ingressi over 65 anni € 60,00  
(non valido la domenica e da consumare entro 6 mesi)

Tessera personale per utilizzo phon € 5,00

## RECUPERI

L'abbonamento con recupero consente di fruire delle eventuali lezioni perse, fino al limite massimo consentito dal pacchetto acquistato, in giornate da concordare con la segreteria entro l'ultima lezione del pacchetto. Le giornate di recupero potranno essere godute non oltre la lezione immediatamente successiva alla scadenza del pacchetto. Non sarà garantita la possibilità di usufruire dei recuperi e di mantenere il posto nel corso dopo la scadenza dell'abbonamento.

## RINNOVI

Per avere garanzia del posto all'interno del corso, il rinnovo dell'abbonamento va effettuato entro la penultima lezione del pacchetto (indipendentemente dal recupero).

## ATTIVITÀ A PRENOTAZIONE

La lezione è scalata dall'abbonamento al momento della prenotazione. L'eventuale disdetta o variazione di data/orario con il reintegro in abbonamento è accettata tramite funzione WEB fino a 4 ore precedenti la lezione stessa (solo turnisti della scuola nuoto adulti o abbonamenti delle attività di fitness in acqua) o telefonicamente fino alle ore 20:00 del giorno prima. In caso di mancata disdetta nel tempo utile, la lezione non potrà essere recuperata.

## SOSPENSIONI

Ogni abbonamento potrà essere sospeso per malattia presentando un certificato medico una ed una sola volta per una durata minima di giorni 15, previa comunicazione in segreteria. La sospensione inizia dalla data in cui viene richiesta. L'eventuale sospensione non dà diritto al mantenimento del posto ma al solo recupero delle lezioni perse, comunque entro il termine della stagione sportiva.

## PROVE

È possibile effettuare una sola lezione di prova delle attività proposte, il cui costo è di € 15,00 (€ 32,00 per le lezioni individuali), scontabili dall'abbonamento (la cui data di inizio sarà in tal caso quella della prova) se l'iscrizione avviene entro la giornata di prova.

## ISCRIZIONI IN QUALSIASI MOMENTO DELLA STAGIONE

Che cosa serve per iniziare i nostri corsi:

Certificato medico che attesti l'idoneità allo svolgimento di ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA a partire dal 6° anno di età.

Versamento della quota di iscrizione annuale di €40,00, comprensivi di copertura assicurativa (validità 12 mesi).

Per gli accompagnatori dei baby l'iscrizione è di € 10,00 per ogni adulto accompagnatore.

## TESSERA ELETTRONICA PER ASCIUGACAPELLI

La tessera elettronica è in omaggio con la prima iscrizione annuale e resta di proprietà dell'iscritto. A cosa serve la tessera:

- costituisce il titolo di accesso alla struttura negli orari del proprio abbonamento;
- permette l'uso degli asciugacapelli, che funzionano a gettoni elettronici da 0,25 €.

In caso di smarrimento o furto o distruzione è possibile richiedere una tessera sostitutiva al costo di € 5,00. Gli eventuali crediti residui non possono essere recuperati o restituiti.

## MATERIALE PERSONALE

Costume, cuffia, accappatoio, ciabatte di gomma, lucchetto.

Per i bebè. costume contenitivo o pannolino per acqua

Gli orari inseriti in questo volantino potrebbero subire modifiche che verranno debitamente segnalate agli iscritti.