



# POLISPORTIVA VENDEMINI ASD

## RIAPERTURA NUOVA

### STAGIONE SPORTIVA 2020/2021

#### **PISCINA**

**INIZIO ATTIVITA' 28 SETTEMBRE 2020**

A.F.A.

ACQUA GYM

NUOTO LIBERO

LEZIONI INDIVIDUALI

MAMMA/PAPA'+BAMBINO/A

**INIZIO ATTIVITA' 05 OTTOBRE 2020**

TUTTI I CORSI DI NUOTO

BAMBINI-RAGAZZI-ADULTI

#### **PALESTRA**

**INIZIO ATTIVITA' 14 SETTEMBRE 2020**

GINNASTICA ARTISTICA AGONISMO E  
PREAGONISMO

**INIZIO ATTIVITA' 21 SETTEMBRE 2020**

FITNESS ( GAG – PILATES )  
SPINNING

**INIZIO ATTIVITA' 05 OTTOBRE 2020**

GINNASTICA ADULTI  
GINNASTICA TERZA ETA'  
GINNASTICA ARTISTICA PRINCIPIANTI  
GIOCOMOTRICITA'  
KARATE

**INIZIO ISCRIZIONI 14 SETTEMBRE 2020**

**sino ad esaurimento posti disponibili**

ORARI DELLE ATTIVITA' SUL NOSTRO PORTALE: <https://www.polisportivavendemini.com>

tel. 011.26 72 483 cell. 329 288 0073 whatsapp; 329 288 0073

SEGRETERIA

DAL LUNEDI' AL VENERDI 9-12 / 16-19 - SABATO 10-12 / 15-18

tutte le attività sono riservate ai soci

<b>PISCINA VENDEMINI</b>	
<b>ORARI</b>	<b>ATTIVITA' IN PISCINA</b>
<b>LUNEDI'</b>	
10:45/11:45	NUOTO LIBERO
11:45/12:45	NUOTO LIBERO
13:10/13:55	ACQUA GYM
14:10/14:55	ACQUA GYM/NUOTO LIBERO
16:00/16:40	CORSO ACQUATICITÀ/MAMMA+BAMBINO/A
16:50/17:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
17:50/18:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
18:50/19:35	ACQUA GYM
19:50/20:40	NUOTO LIBERO
<b>MARTEDI'</b>	
09:30/10:20	AFA/NUOTO LIBERO
10:40/11:30	AFA/NUOTO LIBERO
16:00/16:40	CORSO ACQUATICITÀ/MAMMA+BAMBINO/A
16:50/17:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
17:50/18:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
19:00/19:45	CORSO NUOTO ADULTI
19:50/20:40	NUOTO LIBERO
<b>MERCOLEDI'</b>	
09:50/10:35	ACQUA GYM
10:45/11:45	NUOTO LIBERO
11:45/12:45	NUOTO LIBERO
13:10/13:55	ACQUA GYM
14:10/14:55	ACQUA GYM/NUOTO LIBERO
16:30/17:15	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
17:30/18:15	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
18:30/19:15	3 CORSIA / ACQUATICITA'
19:30/20:15	ACQUA GYM
<b>GIOVEDI'</b>	
09:30/10:20	AFA/NUOTO LIBERO
10:40/11:30	AFA/NUOTO LIBERO
16:00/16:40	CORSO ACQUATICITÀ/MAMMA+BAMBINO/A
16:50/17:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
17:50/18:35	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
19:00/19:45	CORSO NUOTO ADULTI
19:50/20:40	NUOTO LIBERO
<b>VENERDI'</b>	
10:45/11:45	NUOTO LIBERO
11:45/12:45	NUOTO LIBERO
13:10/13:55	ACQUA GYM
16:30/17:15	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
17:30/18:15	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
18:30/19:15	CORSO NUOTO BAMB/RAGAZZI
19:30/20:15	ACQUA GYM
20:15/21:15	NUOTO LIBERO
<b>SABATO</b>	
10:10/10:50	ACQUATICITÀ
11:00/11:40	ACQUATICITÀ
12:00/12:45	ACQUA GYM
16:20/17:25	CORSO NUOTO
17:30/18:10	MA+BAM
17:30/18:20	NUOTO LIBERO

**PALESTRA VENDEMINI**

<u>ORARI</u>	<u>ATTIVITA'</u>
<b>LUNEDI'</b>	
16:20/17:10	GIOCOMOTTRICITÀ
17:20/18:20	GINN ARTISTICA PRINCIPIANTI
18:30/19:30	GINNASTICA ADULTI
19:40/20:30	SPINNING
<b>MARTEDI'</b>	
15:00/15:55	GINN.TERZA ETÀ
16:00/16:55	GINN.TERZA ETÀ
17:05/20:15	GINN.ARTIST. AGONISMO
20:30/22:00	CORSO KARATE ADULTI
<b>MERCOLEDI'</b>	
16:30/18:20	GINN.ARTIST.PREAGONISMO
	GINN.ARTIST.PREAGONISMO
18:30/19:25	GINNASTICA ADULTI
19:40/20:30	SPINNING
<b>GIOVEDI'</b>	
15:00/15:55	GINN.TERZA ETÀ
16:00/16:55	GINN.TERZA ETÀ
17:05/18:00	GINN ARTISTICA PRINCIPIANTI
18:00/20:15	GINN.ARTIST. AGONISMO
<b>VENERDI'</b>	
16:30/17:25	GINN ARTISTICA PRINCIPIANTI
17:30/19:30	GINN.ARTIST.PREAGONISMO
<b>SABATO</b>	
09:30/12:30	GINN.ARTIST. AGONISMO
15:30/17:00	CORSO KARATE BAMBINI

**PALESTRINA SANDRO PERTINI**

<u>ORARI</u>	<u>ATTIVITA'</u>
<b>MERCOLEDI'</b>	
17:20/18:10	PILATES
18:10/19:00	GAG
<b>VENERDI'</b>	
17:20/18:10	PILATES
18:10/19:00	GAG+TOTALBODY
19:00/19:50	GAG

QUOTE ASSOCIATIVE	
Fino ai 15 anni	€ 10,00
Dai 16 ai 67 anni	€ 15,00
Dai 68 anni in su	€ 10,00

### CORRISPETTIVI CORSI

ACQUAGYN			
€ 10,00	singolo		
€ 80,00	10 ingressi		3 mesi
€ 200,00	trimestrale		
€ 210,00	30 ingressi		annuale
€ 380,00	60 ingressi		annuale

NUOTO LIBERO			
€ 6,00	singolo		
€ 50,00	10 ingressi		
€ 135,00	30 ingressi		annuale
€ 240,00	60 ingressi		annuale

ACQUATICITA'			
€ 10,00	senza istrutt		
€ 14,00	con istruttore		
€ 80,00	10 ingressi s.is		annuale
€ 120,00	10 ingre. Con istr		

CORSI NUOTO				
trimestrale	MAX 18 ALLIEVI	12 lezioni	24 lezioni	
bambini/ragazzi		€ 60,00	€ 110,00	
ACQUATICITÀ		€ 70,00	€ 130,00	
ADULTI		€ 75,00	€ 135,00	
<b>LEZIONI INDIVIDUALI</b>			A COPPIA	
	€ 220,00	10 LEZIONI	€ 260,00	
	€ 125,00	5 LEZIONI	€ 150,00	
<b>A.F.A.</b>	€ 12,00	singolo		
	€ 100,00	10 ingressi	3 mesi	
	€ 250,00	30 ingressi	annuale	
<b>FITNESS</b>				
1 ora	€ 100,00	Max 10		
<b>GINNASTICA ADULTI</b>	€ 120,00	quadrimestre	Max 20	
<b>TERZA ETA'</b>	120 €	annuale	Max 20	
<b>SPINNING</b>	€ 8,00	singolo	Max 15	
	€ 60,00	10 ingr		
	€ 55,00	mensile		
	€ 300,00	annuale	2 lez	
	€ 180,00	annuale	1 lezione	
<b>GINNASTICA ARTISTICA</b>		quota associativa		
PRINCIPIANTI	1 ORA	€ 150,00		
	2 ORE	€ 240,00		
PREAGONISMO	4 ORE	€ 400,00	2 rate	Entro 1/10
AGONISMO	8,5ORE	€ 550,00		Entro 20/12
<b>KARATE/DIFESA PERSONALE</b>	Corso annuale	sabato	220 €	bambini
	Quadrimestrale	martedì	150 €	adulti