



CORSI DI NUOTO SERALI PER ADULTI

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
18.15/19.00	20.00/20.45	NUOTO MASTER 20.00/21.30	20.00/20.45
20.00/20.45	20.45/21.30		PALLANUOTO 20.45/22.00
20.45/21.30			
NUOTO MASTER 20.00/21.30			

1 FREQUENZA
ALLA SETTIMANA
GIORNO FISSO

Dall' 08 aprile 2024

PRENOTA IL TUO TEST DI NUOTO GRATUITO !!

Sono previsti 4 livelli di corso : avviamento base, avviamento avanzato, perfezionamento base, perfezionamento avanzato.

MASSIMO 8 ALLIEVI PER GRUPPO !!!!!

PER PARTECIPARE È NECESSARIO:

Prenotare il corso contattando la segreteria della piscina:

- = Di persona durante l'orario di apertura della segreteria (lu/ve 09.00/21.30 sa e do 10.00/19.00)
- = Telefonicamente (0172717524)
- = Per e-mail (prenotazioni.savigliano@csrgranda.it) indicando: cognome nome data di nascita tipo di corso telefono (la prenotazione è considerata valida previa ns conferma)

Iscriversi al corso prima della data di inizio Compilando il modulo di adesione (scaricabile sul sito www.centrosportivoroero.it) e l'autodichiarazione ai sensi degli art. 46 e 47 D.P.R. n°445/2000, **consegnando la fotocopia di un certificato medico (in corso di validità) di idoneità alla pratica di attività sportive non agonistica (obbligatorio come da DM del 28/02/18) ENTRO LA PRIMA LEZIONE**, versando la quota del corso stabilita in base al numero delle lezioni.

CORSI DI NUOTO PER ADULTI

REGOLAMENTO

Art.1) Il corso di nuoto è composto da lezioni di quarantacinque minuti ciascuna, da svolgersi consecutivamente nei giorni e nelle ore indicate sulla domanda di iscrizione.

Art.2) L'accesso all'impianto sarà possibile al massimo 15 minuti prima dell'inizio della lezione e l'uscita è prevista entro 30 minuti dalla fine della stessa.

Art.3) Ogni allievo, dovrà essersi sottoposto, nell'anno scolastico in corso, a **visita medica sportiva per attività non agonistica** e comunque non essere affetto da malattie contagiose, crisi convulsive o epilettiche. Gli allievi sono tenuti a depositare all'atto dell'iscrizione il certificato medico e a sottoscrivere la dichiarazione riportata sulla domanda di iscrizione.

Art.4) Le lezioni non svolte per qualsiasi motivo, non dipendente dalla Direzione della Piscina Comunale di Savigliano, **non verranno recuperate e non verrà riconosciuto nessun rimborso, totale o parziale.**

Art.5) L'iscrizione al corso si annulla al termine del corso stesso. Nessuna priorità verrà riconosciuta per i corsi successivi per i quali si dovrà nuovamente attuare le procedure di prenotazione ed iscrizione.

Art.6) L'indicazione del livello natatorio fornita al momento dell'iscrizione non vincola l'organizzazione del corso che si riserva di inserire l'allievo nel gruppo ritenuto più confacente alle capacità dimostrate effettivamente in acqua.

Art.7) Sia gli allievi che gli accompagnatori sono tenuti inoltre ad attenersi a quanto previsto dal "Regolamento e norme per il pubblico" esposto alla cassa e comunque a tutte le disposizioni impartite dal personale della Piscina in ordine al buon funzionamento della stessa.

OCCORRENTE PER IL NUOTO

- 1) Un costume (consigliato intero per le donne)
- 2) Una cuffia
- 3) Ciabatte in plastica, gomma o legno
- 4) Card Phon (reperibile presso la segreteria della piscina)
- 5) Un sacchetto per riporre le scarpe
- 6) Un lucchetto per l'armadietto (misura 30)

N.B. Non portare in piscina oggetti di valore quali orologi, catenine, orecchini, anelli. **La Direzione non risponde dei valori lasciati negli armadietti.**

PER UN USO CORRETTO DELL'IMPIANTO

**L'impianto viene costantemente pulito, ma senza il vostro aiuto non è possibile mantenerlo tale.*

**Sul piano vasca e negli spogliatoi usare sempre e solo le ciabatte pulite; sono utili igienicamente e non si scivola.*

**La doccia saponata è necessaria prima di entrare in acqua per garantire l'igiene. La doccia effettuata dopo il bagno serve solo ad eliminare l'acqua clorata dal corpo.*

**Usare sempre gli appositi cestini per gettare l'immondizia*

**Usare sempre la cuffia quando si entra nelle vasche, anche se la testa rimane fuori.*

**Non abbandonare le scarpe nell'atrio. Possono essere riposte nell'armadietto degli spogliatoi dato in uso, dentro un sacchetto igienico.*

**Le vaschette lavapiedi sono un importante presidio igienico, evitarle equivale a contribuire a rendere meno pulito l'impianto.*

**Sul piano vasca non è consentito fumare e consumare alimenti.*

**Il personale della piscina è sempre a vostra disposizione, rivolgetevi a loro in caso di bisogno.*

Grazie a tutti.

