

## ►► **BABY NUOTO** ◀◀ SABATO

\* la lezione si terrà in vasca piccola

**9:50\*** (3 - 12 mesi) - **DURATA LEZIONE: 30 MINUTI**

**10:20\*** (3 - 12 mesi) - **DURATA LEZIONE: 30 MINUTI**

**10:50\*** (12 - 24 mesi) - **DURATA LEZIONE: 40 MINUTI**

**11:30\*** (24 - 36 mesi) - **DURATA LEZIONE: 40 MINUTI**

€ 132,00 dal 23/09/2023 al 09/12/2023 - 12 lezioni -

€ 132,00 dal 16/03/2024 al 08/06/2024 - 12 lezioni -

## ►► **GESTANTI** ◀◀

**DURATA LEZIONE: 40 MINUTI**

\* la lezione si terrà in vasca piccola

**Sabato ore 9:10\***

**COSTO: € 11,00** a lezione

**PERIODO:** dal 23/09/2023 al 09/12/2023

dal 16/03/2024 al 08/06/2024

## ►► **LEZIONI PRIVATE** ◀◀

**DURATA LEZIONE: 50 MINUTI**

**COSTO: € 165,00** - 8 lezioni -



Il Centro Sportivo Sulmona nasce nell'aprile del 2020 quando la società S.S.D. Roma Nuoto, società sportiva di punta negli sport acquatici, ottiene in gestione il centro stesso.

Da quel momento prende vita il progetto che ha come obiettivo quello di ricominciare a vivere il centro come un tempo ma con maggior voglia ed entusiasmo e di rendere il Centro Sportivo Sulmona un luogo dove poter fare non solo sport di qualità, ma anche un importante polmone per la vita sociale e ricreativa di Sulmona.

**Vogliamo offrire ai nostri sportivi la possibilità di mettersi alla prova e superare i propri limiti in un contesto che crei una connessione con la natura ma a pochi passi da casa!**

📍 Via Incoronata, 17 - Sulmona

☎ Telefono 0864 950517

@ info@centrosportivosulmona.it

🌐 www.centrosportivosulmona.it

**SEGUICI SU:**

 Centro Sportivo Sulmona

 centrosportivo.sulmona

#OWEB Grafica | Stampa | Web - Sulmona



# STAGIONE 2023/2024



## INFORMAZIONI - GENERALI -

**È OBBLIGATORIO PRESENTARE IN SEGRETERIA  
ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE IL CERTIFICATO MEDICO  
DI ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA**

Inizio Corso Nuoto 18/09/2023

Fine Corso Nuoto 15/06/2024

Iscrizione Stagionale € 35,00

valida fino al 31-08-2024

**SCONTI:** 2° familiare 10%  
3° familiare 15%  
4° familiare 20%

## QUOTE CORSI

### BISETTIMANALE

€ 99,00 dal 18/09/2023 al 31/10/2023 - 1 mese e ½  
€ 165,00 dal 01/11/2023 al 31/01/2024 - 2 mesi e ½  
€ 198,00 dal 01/02/2024 al 30/04/2024 - 3 mesi  
€ 99,00 dal 01/05/2024 al 15/06/2024 - 1 mese e ½

### MONOSETTIMANALE

€ 66,00 dal 18/09/2023 al 31/10/2023 - 1 mese e ½  
€ 110,00 dal 01/11/2023 al 31/01/2024 - 2 mesi e ½  
€ 132,00 dal 01/02/2024 al 30/04/2024 - 3 mesi  
€ 66,00 dal 01/05/2024 al 15/06/2024 - 1 mese e ½

## BAMBINI

- CORSO DI NUOTO -  
DURATA LEZIONE: 50 MINUTI  
\* la lezione si terrà in vasca piccola

### BISETTIMANALE

Lunedì e Giovedì

16:00 - \*16:00 - 16:30 - 16:40 - 16:50 - \*16:50  
17:20 - 17:30 - 17:40 - \*17:40 - 18:10 - 18:30

Martedì e Venerdì

16:00 - 16:20 - 16:30 - 16:50 - \*16:50 - 17:10 - 17:20  
17:30 - 17:40 - \*17:40 - 18:00 - 18:10 - 18:20 - 18:30

### MONOSETTIMANALE

Martedì ore 16:00

Mercoledì

16:00 - 16:50 - \*16:50 - 17:40 - \*17:40

Sabato

10:00 - 10:50 - \*15:10 - 16:00 - 16:50

## ADULTI E RAGAZZI

- CORSO DI NUOTO -  
DURATA LEZIONE: 50 MINUTI

### BISETTIMANALE

Lunedì e Giovedì

9:00 - 19:00 - 19:20 - 19:50 - 20:10 - 20:40

Martedì e Venerdì

10:00 - 18:50 - 19:00 - 19:10 - 19:20 - 19:50

### MONOSETTIMANALE

Mercoledì ore 18:30

Sabato ore 11:40

## ACQUAFITNESS

DURATA LEZIONE: 50 MINUTI  
\* lezione in vasca grande

### BISETTIMANALE

Lunedì e Giovedì

\*10:00 - 11:00 - 13:30 - 18:30

Martedì e Venerdì ore 14:20

## HYDROBIKE

DURATA LEZIONE: 50 MINUTI

### BISETTIMANALE

Lunedì e Giovedì

14:20

Martedì e Venerdì

13:30 - 18:30

### MONOSETTIMANALE

Mercoledì ore 13:30

Sabato ore 13:30

## NUOTO ASSISTITO

€ 44,00 5 ingressi - scadenza 40 gg  
€ 77,00 10 ingressi - scadenza 70 gg  
€ 10,00 ingresso domenica - dal 15.10.2023  
€ 60,00 1 mese  
€ 165,00 3 mesi

Lunedì e Giovedì

dalle 8:00 alle 15:00 - dalle 19:30 alle 21:30

Martedì e Venerdì

dalle 8:00 alle 15:00 - dalle 18:40 alle 20:40

Mercoledì: dalle 8:00 alle 20:00

Sabato: dalle 9:00 alle 18:30

Domenica: dalle 9:30 alle 13:00

**N.B.** non è possibile utilizzare la vasca piccola per il nuoto assistito durante i corsi di: Acquafitness - Hydrobike  
Baby nuoto - Corso gestanti

