



# Corsi di nuoto ESTIVI 2024



I CORSI SI SVOLGERANNO PRESSO LA CONCA VERDE A BORSO DEL GRAPPA



MESE	ORARIO	GIORNI DI LEZIONE	N° LEZIONI	DATA INIZIO/FINE	PREZZO
GIUGNO	POMERIGGIO	LUN MAR GIO VEN	8 LEZIONI	17 GIUGNO / 28 GIUGNO	57,00 €
LUGLIO	POMERIGGIO	LUN MAR GIO VEN	8 LEZIONI	1 LUGLIO / 12 LUGLIO	57,00 €
LUGLIO	POMERIGGIO	LUNEDÌ E GIOVEDÌ	8 LEZIONI	1 LUGLIO / 25 LUGLIO	57,00 €
LUGLIO	POMERIGGIO	MARTEDÌ E VENERDÌ	8 LEZIONI	2 LUGLIO / 26 LUGLIO	57,00 €
LUGLIO	POMERIGGIO	LUN MAR GIO VEN	8 LEZIONI	15 LUGLIO / 26 LUGLIO	57,00 €

IL COSTO DEL TESSERAMENTO È INCLUSO NEL PREZZO

PARCO ACQUATICO  
**CONCA VERDE**  
PISCINE E IDROMASSAGGI RISCALDATI, RELAX E DIVERTIMENTO  
Estate 2024



Corsi di nuoto  
**ESTIVI**

Il nuoto fa bene ...  
al sole e all'aperto fa anche meglio!

**SPORT** Il nuoto è uno sport di base: rafforza il corpo, mette in movimento tutti i muscoli, specie quelli delle braccia, i pettorali ed i dorsali ed è il naturale complemento di attività sportive invernali.

**SOLE** Il nuoto all'aperto permette di godere dei benefici del sole: viene attivata la vitamina D che favorisce lo sviluppo delle ossa e stimola il sistema immunitario.

**SICUREZZA** Imparare a nuotare significa stare bene in acqua e capire in che modo questa agisce sul nostro corpo e ne modifica la percezione, così da conoscere l'ambiente acquatico e sapersi muovere in esso anche in caso di difficoltà.

## PROMO

**BIMBO GRATIS** Il giorno del corso il bimbo iscritto può restare in piscina gratis se accompagnato da un adulto pagante.

**LE GIORNATE DEL BENESSERE** Tutti i Lunedì e Giovedì, per le nostre ospiti, una rilassante brandina omaggio, lezioni gratuite di acqua fitness e animazione per i più piccoli!