

PISCINA HOTEL "I GRAPPOLI" - SESSA

17 giugno - 19 luglio

5 - 16 agosto 2024



# CORSI DI NUOTO



LEZIONI 9.<sup>00</sup> - 11.<sup>00</sup>

**Stemmini swimsports per**

- ◆ Principianti (bambini dai 3 anni)
- ◆ Iniziati
- ◆ Buoni ed esperti
- ◆ Salvataggio, sincro e pallanuoto

Inoltre corsi privati per adulti dalle 11.<sup>15</sup>



## ISCRIZIONI

- +41 (0)78 671 86 42 / +41 (0)91 941 08 59
- oppure direttamente alla piscina tutti i lunedì di inizio corso dalle 08.<sup>30</sup> alle 08.<sup>50</sup>.
- Altre informazioni : [www.grappoli.ch](http://www.grappoli.ch)



# CORSI DI NUOTO

**Settimane di corsi\* : da lunedì 17 giugno a venerdì 19 luglio 2024  
e da lunedì 5 agosto a venerdì 16 agosto 2024**

\* è data la possibilità di iscriversi ad una o più settimane o di combinare le settimane di corso a piacimento.  
In collaborazione con Acquatic Club Ticino

**Stemmini swimsports per:**

<b>principianti</b>	ambientamento all'acqua, galleggiamento, giochi ecc...
<b>iniziati</b>	nuoto sott'acqua, prime bracciate, respirazione ecc...
<b>buoni</b>	nuoto in acqua bassa o alta, tuffi, stili base, ecc...
<b>esperti</b>	miglioramento stili e resistenza, nuoto pinnato, tuffi, ecc...

**Inoltre:** stemmini Swimsports di pallanuoto, nuoto sincro e salvataggio (preparazione ai brevetti della Società Svizzera di Salvataggio) corsi privati per adulti dalle 11.15

Partecipanti: bambini/e dai 3 anni. Insegnamento a gruppi di 5, 6, 7 allievi, assicurato da docenti diplomati.

Orari : i corsi si svolgono dal lunedì al venerdì dalle **09.00 alle 11.00**

Costo : fr. 100.- a settimana. Ci saranno deduzione a partire dalla 4 settimana di partecipazione.

Ogni partecipante riceverà un attestato di capacità con stemmino Swimsports (min. 10 lezioni).

**Assicurazione a carico dei partecipanti.** Si ricorda che gli accompagnatori entrano gratis sino al termine delle lezioni e potranno usufruire della piscina o rimanere al bar. Se si desidera restare in piscina dopo le lezioni, siete pregati di annunciarvi alla cassa. Per i gruppi dei più piccoli è previsto un servizio di baby-sitting.

**Iscrizioni:** spedire il tagliando allegato a **BOTTARO MAURIZIO**, via San Gottardo di Cureggia 8, 6963 Pregassona. Oppure via Email all' indirizzo [bottaromaurizio@hotmail.com](mailto:bottaromaurizio@hotmail.com), indicando le settimane scelte, nome, cognome e livello raggiunto ; o telefonando allo +41 (0)78 671 8642 / +41 (0)91 941 08 59; oppure iscriversi direttamente alla piscina il lunedì 17.6/ 24.6/1.7/8.7/15.7 e per il corso di agosto il lunedì 5.8/ 12.8. 2024 dalle 08.30 alle 08.50.

## Iscrizione al corso di nuoto

Partecipo al corso :  1° sett. 17.6. – 21.6.24     2° sett. 24.6. – 28.6.24     3° sett. 1.7. – 5.7.24  
 4° sett. 8.7. – 12.7.24     5° sett. 15.7. – 19.7.24     6° sett. 5.8. – 9.8.24  
 7° sett. 12.8. – 16.8.24

Nome: \_\_\_\_\_

Cognome: \_\_\_\_\_

Data di nascita: \_\_\_\_\_

No. Tel.: \_\_\_\_\_

Indirizzo: \_\_\_\_\_

Principiante (prima volta)

Iniziato, (testa sotto, freccia...)

Nuota in acqua bassa (galleggia)

Si sposta in acqua alta

Ultimo test (stemmino) di nuoto conseguito: \_\_\_\_\_

**Questa iscrizione vale come convocazione!** Email : \_\_\_\_\_