

PISCINA LISTINO PREZZI

TESSERA OPEN 10+1 INGRESSI € 90,00

Abbonamenti:

Mensile € 70,00

Trimestrale € 190,00

Semestrale € 350,00

Corsi collettivi (tutti i corsi si intendono di ginnastica in acqua con musica)

Segue elenco del nome dei corsi (per individuazione del genere)

Camminata in acqua

Aquasoft

Aquagym

AquaZumba

Corsi di Nuoto Ragazzi dai 3 anni in su

Completo 16 lezioni (2 volte a settimana) € 140,00

Ridotto 8 lezioni (1 volta a settimana) € 80,00

Lezioni Individuali: Adulti e ragazzi

1 PERSONA durata 40' 5 lezioni €125,00

2 PERSONE durata 40' 5 lezioni €100,00 a pex.

Rieducazione Posturale (su indicazione terapeutica)

prezzi diversi a secondo delle necessità

-Over 65 sconto 10%

solo ingressi relativi ai corsi collettivi

-Quota associativa obbligatoria Annuale € 30,00 con
Comprensivo di assicurazione.



N.B. TUTTI I CORSI SONO SOGGETTI AL NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI FISSATO IN 4 PERSONE

I POSTI SONO LIMITATI – E' GRADITA LA PRENOTAZIONE



PISCINA

Punto Ben Essere

pool - fitness & wellness center

un marchio di SportSocial S.s.d. a r.l.

Punto Ben Essere è un marchio di Sport Social S.s.d.

VIA ALESSANDRO MANZONI 15 – LUGAGNANO DI SONA (VR)

presso: Centro Anziani Polifunzionale Papa Giovanni II

tel 045-8699729 335-7236384

www.punto-benessere.com

mail: info@punto-benessere.com



Via A. Manzoni 5 tel: 045-8699729 cell. 335-7236384

presso: Centro Anziani Polifunzionale Papa Giovanni II

Lugagnano di Sona VR

info: www.sportsocial.it www.punto-benessere.com

Orari Corsi Piscina

ORARIO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
08.00-08.45	Acquasoft			Acquasoft		
09.00-09.45		Lezione privata				
10.00-10.45	Camminata in acqua	Lezione privata	Camminata in acqua		Camminata in acqua	Scuola nuoto adulti
11.00-11.45		Acquagym		Acquagym		Scuola nuoto
12.00-12.45	Acquagym	Acquagym	Acquagym	Acquagym		Acqua Zumba
13.00-13.45	Acqua Zumba (ore 13,30)	Acqua Zumba	Acqua Zumba (ore 13,30)	Acqua Zumba	Acqua Zumba (ore 13,30)	
14.00-14.45		Camminata in acqua		Camminata in acqua		
15.00-15.45	Acqua Zumba		Acquagym		Acqua Zumba	
16.00-16.45				Scuola nuoto		
17.00-17.45	Scuola Nuoto	Scuola Nuoto	Scuola Nuoto	Scuola Nuoto	Scuola Nuoto	
18.00-18.45		Acquasoft	Lezione privata	Acquasoft	Scuola nuoto	
19.00-19.45	Acquagym		Acqua Zumba	Acquagym		

LEGENDA: Tutti i corsi (collettivi) durano 45 minuti tutti e sono tenuti da personale esperto e certificato CONI il numero minimo di partecipanti ad ogni corso è di 4 persone, in caso contrario il corso non verrà attivato fino al raggiungimento minimo di partecipanti.

Acquagym: la più famosa ginnastica acquatica che regala salute, dinamismo forza e benessere anche a chi vuole dimagrire

Acquasoft: È una lezione di Aquagym posturale e dinamica adatta sia a un pubblico maschile che femminile, indicata per gestanti e anche a persone over 60. Gli esercizi proposti, svolti in modo dolce e non traumatico, sono adatti anche a chi presenta problemi articolari.

AcquaZumba: mettere insieme l'allegria della zumba in acqua, un modo più dolce di mettersi in forma.