

CENTRO SPORTIVO CASATE ~ PISCINA "CONELLI-MONDINI"

CORSI di NUOTO e FITNESS per ADULTI (dai 14 anni compiuti)

Stagione 2023/2024 inizio corsi: LUNEDÌ 11 SETTEMBRE 2023



CORSI DI NUOTO

CORSI MONOSETTIMANALI

MARTEDI o GIOVEDI

€ 36,00 al mese

dalle ore 08.45 alle ore 09.30

dalle ore 18.45 alle ore 19.30

dalle ore 19.30 alle ore 20.15

dalle ore 20.15 alle ore 21.00

MERCOLEDI o VENERDI

dalle ore 18.45 alle ore 19.30

dalle ore 19.30 alle ore 20.15

CORSI BISETTIMANALI

MARTEDI e GIOVEDI

€ 60,00 al mese

dalle ore 08.45 alle ore 09.30

dalle ore 18.45 alle ore 19.30

dalle ore 19.30 alle ore 20.15

dalle ore 20.15 alle ore 21.00

MERCOLEDI e VENERDI

dalle ore 18.45 alle ore 19.30

dalle ore 19.30 alle ore 20.15

CORSI PER LA TERZA ETÀ (dai 65 anni compiuti)

negli stessi orari indicati sopra

CORSI MONOSETTIMANALI

€ 28,00 al mese

CORSI BISETTIMANALI

€ 47,00 al mese

LEZIONI INDIVIDUALI:

negli orari di apertura del nuoto libero (45 min. di lezione)

5 lezioni € 150,00

10 lezioni € 290,00

LEZIONI INDIVIDUALI PER FUTURE MAMME (dal III mese di gestazione):

negli orari di apertura del nuoto libero (30 min. di lezione)

3 lezioni € 45,00

5 lezioni € 70,00

CORSI DI FITNESS IN ACQUA

CORSI MONOSETTIMANALI

€ 49,00 al mese

CORSI BISETTIMANALI

€ 85,00 al mese

IDROBIKE

MARTEDI e/o GIOVEDI

dalle ore 20.15 alle ore 21.00

IDROGINNASTICA

MERCOLEDI e/o VENERDI

dalle ore 09.45 alle ore 10.30

HYDRO-CIRCUIT

MARTEDI e/o GIOVEDI

dalle ore 19.30 alle ore 20.15

BIKE AND GYM

MERCOLEDI e/o VENERDI

dalle ore 13.00 alle ore 13.45

ACQUAGYM SURPRISE

VENERDI

dalle ore 18.45 alle ore 19.30

CORSI BISETTIMANALI POSSIBILI ANCHE ABBINANDO I DIVERSI CORSI DI FITNESS

PER LA TERZA ETÀ (dai 65 anni compiuti): -20%

CORSI SWIM IT (corso di nuoto)

CORSO MONOSETTIMANALE

€ 30,00 al mese

VENERDI

dalle ore 20.15 alle ore 21.00

CERTIFICATO MEDICO IN ORIGINALE UNITAMENTE AD UNA COPIA DELLO STESSO

PORTACHIAVI ELETTRONICO € 5,00

ISCRIZIONE STAGIONALE € 25,00 (€ 20,00 PER LA TERZA ETÀ)

PER INFORMAZIONI

e-mail: casate@csusrl.it - sito internet: www.csusrl.it

Via Virgilio, 16 - 22100 COMO - Tel. 031.50.51.18 - Fax. 031.52.47.60