



La Rari Nantes Florentia è una tra le più antiche e celebri Società sportive fiorentine. Sulle rive dell'Arno hanno imparato a nuotare, negli oltre cento anni della sua gloriosa storia, molte generazioni di persone.

I corsi di nuoto della Rari Nantes Florentia, scuola riconosciuta dalla Federazione Italiana Nuoto, sono finalizzati all'insegnamento divertente e rigoroso delle corrette tecniche natatorie, per il godimento dell'ambiente acquatico e per lo sviluppo di consolidate abilità fisiche per tutta la vita.

Il percorso didattico, suddiviso in cinque livelli, si basa su un protocollo tecnico contenente una serie di esercizi mirati allo sviluppo delle diverse parti della tecnica dei quattro stili. Il processo di apprendimento di ciascun allievo viene seguito e curato con continuità e competenza dallo staff tecnico.

Le tecniche proposte costituiscono la base, sempre aggiornata in base a una continua ricerca di qualità, dello stile che contraddistingue tradizionalmente i nuotatori della Rari, i quali hanno portato la società a stazionare stabilmente, sin dalla sua fondazione, ai vertici del movimento agonistico natatorio nazionale.

*La Rari: dal 1904 - e sempre più - il nuoto a Firenze.*

**RARI NANTES  
FLORENTIA ...**

**DAL 1904 IL NUOTO  
A FIRENZE**



**SI RICORDA AGLI UTENTI:**

**Di prendere visione del regolamento affisso all'interno  
dell'impianto**

PISCINA "GIGI RASPINI"  
LUNGARNO FERRUCCI, 24  
(055-6812141  
FAX 055-6812964

E-MAIL: [info@rarinantesflorentia.it](mailto:info@rarinantesflorentia.it)  
**WWW.rarinantesflorentia.it**



**Rari Nantes Florentia**

INFORMAZIONI, PREZZI E ORARI DEI CORSI



**Orario Segreteria:**

**Dal Lunedì al Venerdì  
9.00-12.30  
15.30-18.30**

# CORSI DI NUOTO ELEMENTARI

DURATA LEZIONE: 30 minuti acqua e 10 ginnastica

## LUNEDI - GIOVEDI

Vasca Grande (6 anni compiuti)			Vasca Piccola (4 anni compiuti)		
16.00	16.50	Specializzazione (50 min acqua)*	16.10	16.50	CORSO BABY
16.50	17.30	Corso Elementare	16.50	17.30	CORSO BABY
17.20	18.00	Corso Elementare	17.20	18.00	Corso Elementare
17.50	18.30	Corso Elementare /specializzazione**	17.50	18.30	Corso Elementare

## MARTEDI - VENERDI

Vasca Grande (6 anni compiuti)			Vasca Piccola (4 anni compiuti)		
16.00	16.50	Specializzazione (50 min acqua)*	16.20	17.00	CORSO BABY
16.50	17.30	Corso Elementare	16.50	17.30	Corso Elementare
17.20	18.00	Corso Elementare	17.20	18.00	Corso Elementare
17.50	18.30	Corso Elementare /specializzazione**	17.50	18.30	Corso Elementare

## MONOSETTIMANALI

## MERCOLEDI

Vasca Grande (6 anni compiuti)			Vasca Piccola (4 anni compiuti)		
16.00	16.50	Specializzazione (50 min acqua)*	16.20	17.00	CORSO BABY
16.50	17.30	Corso Elementare	16.50	17.30	Corso Elementare
17.20	18.00	Corso Elementare	17.20	18.00	Corso Elementare
17.50	18.30	Corso Elementare /specializzazione**	17.50	18.30	Corso Elementare

## Sabato mattina

Vasca Grande (6 anni compiuti)			Vasca Piccola (4 anni compiuti)		
09.45	10.25	Specializzazione	09.45	10.25	Corso Elementare
10.15	10.55	Corso Elementare	10.15	10.55	Corso Elementare
			10.55	11.35	CORSO BABY

# CALENDARIO ISCRIZIONI 2024-2025

1° CORSO					Elementare	Specializzazione
	Lun - Gio	30 set	23 dic	25	€ 148.50	€ 202.50
	Mar - Ven	1 ott	20 dic	23	€ 126.50	€ 172.50
	Mercoledì	2 ott	18 Dic	12	€ 66.00	€ 90.00
	Sabato	5 ott	21 Dic	12	€ 66.00	-
ISCRIZIONI dal 5 settembre						

2° CORSO					Elementare	Specializzazione
	Lun - Gio	09 Gen.	13 mar	19	€ 104.50	€ 142.50
	Mar - Ven	07 Gen.	14 mar	20	€ 110.00	€ 150.00
	Mercoledì	08 Gen.	12 mar	10	€ 55.00	€ 75.00
	Sabato	11 Gen.	15 mar	10	€ 55.00	-
CONFERME Da 09 dicembre. NUOVE ISCRIZIONI 19 dicembre						

3° CORSO					Elementare	Specializzazione
	Lun - Gio	17 mar	22 Mag	18	€ 99.00	€ 135.00
	Mar - Ven	18 mar	23 Mag	19	€ 104.50	€ 142.50
	Mercoledì	19 mar	21 Mag	10	€ 55.00	€ 75.00
	Sabato	22 mar	24 Mag	10	€ 55.00	-
CONFERME Dal 3 marzo. NUOVE ISCRIZIONI dal 9 marzo						

FESTIVITA': 1/11/2024 - 8/12/2024- dal 24/12/2024 al 06/01/2025 - 20 e 21 /04/2025 - 25/04/2025 - 01/05/2025- 02/06/2025

Sarà possibile effettuare corsi più brevi con le seguenti scadenze intermedie:  
(non è garantito il posto nella seconda metà del corso)

1° corso: scadenza 15 novembre (7 settimane)  
2° corso: scadenza 8 febbraio (5 settimane)  
3° corso: scadenza 18 aprile (5 settimane)

Costo lezione per corsi brevi 6,50 elementare - 8,50 specializzazione - 9,00 Baby  
(anziché 5,50 elementare - 7,50 specializzazione - 8,50 baby)

## SARÀ POSSIBILE EFFETTUARE PRESSO L'IMPIANTO

### LEZIONI INDIVIDUALI DI NUOTO

PACCHETTO DI 4 LEZIONI DI 30 MINUTI A 65,00 EURO  
PACCHETTO DI 9 LEZIONI DI 30 MINUTI A 130,00 EURO  
LEZIONE SINGOLA 20 EURO

(ORARIO DA CONCORDARE CON ISTRUTTORE)

## CORSO BABY

(vasca piccola) - Durata lezione: 40 minuti  
Sarà possibile effettuare 1 lezione di prova a 10,00 euro con prenotazione

Lunedì e/o Martedì\* e/o Mercoledì\* e/o giovedì e/o Venerdì\* e/o sabato

Da 2 anni e mezzo a 4 anni  
con un solo accompagnatore sul bordo vasca

1° CORSO	Lunedì	30 set	23 dic	13	€ 110.50	ISCRIZIONI Dal 5 settembre
	martedì	1 ott	17 dic	11	€ 93.50	
	Mercoledì	2 ott	18 dic	12	€ 102.00	
	Giovedì	3 ott	19 Dic	12	€ 102.00	
	venerdì	4 ott	20 dic	12	€ 102.00	
	sabato	5 ott	21 dic	12	€ 102.00	

2° CORSO	Lunedì	13 Gen.	10 mar	9	€ 76.50	CONFERME Dal 09 dicembre NUOVE ISCRIZIONI 19 dicembre
	martedì	07 gen	11 mar	10	€ 85.00	
	Mercoledì	08 gen	12 mar	10	€ 85.00	
	Giovedì	09 Gen	13 mar	10	€ 85.00	
	venerdì	10 gen	14 mar	10	€ 85.00	
	sabato	11 gen	15 mar	10	€ 85.00	

3° CORSO	Lunedì	17 mar	19 mag	9	€ 76.50	CONFERME Dal 3 marzo NUOVE ISCRIZIONI 9 marzo
	martedì	18 mar	20 mag	10	€ 85.00	
	Mercoledì	19 mar	21 mag	10	€ 85.00	
	Giovedì	20 mar	22 mag	9	€ 76.50	
	venerdì	21 mar	23 mag	9	€ 76.50	
	sabato	22 mar	24 mag	10	€ 85.00	

## INFORMAZIONI

- NON è possibile effettuare la lezione il giorno stesso dell'iscrizione.
- Il recupero delle lezioni perse è previsto solo in caso di malattia per un minimo di 4 lezioni e massimo 10 consecutive per il bi-settimanale e minimo 2 lezioni massimo 5 per il mono-settimanale, presentando un certificato medico al momento dell'iscrizione successiva.
- Al compimento dei 6 anni è obbligatorio presentare al momento dell'iscrizione il CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO NON AGONISTICO rilasciato dal pediatra o da un istituto di medicina sportiva
- Le prove sono previste solo per il corso Baby

\*nati fino 2014 - \*\* nati dal 2015 (costo corso elementare)