

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"**

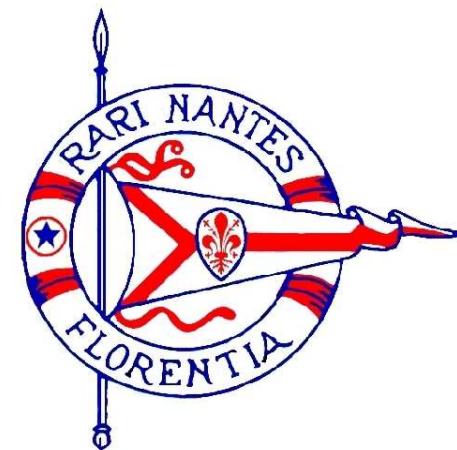
LUNGARNO FERRUCCI, 24

(055-6812141

FAX 055-6812964

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

[WWW.rarinantesflorentia.it](http://WWW.rarinantesflorentia.it)



**RARI NANTES FLORENTIA**

**INFORMAZIONI, PREZZI E ORARI DEI CORSI**

**ADULTI  
Dal 30/09/2024**

**Orario Segreteria:**

**Dal Lunedì al Venerdì**

**9.30-12.30**

**15.30-18.30**

## CORSI DI NUOTO ADULTI

DURATA LEZIONE: 45 MINUTI

### MARTEDI - GIOVEDI

Turno MATTINA: 9.00 - 9.45

Turno SERA: 20.00 - 20.45 / 20.45 - 21.30

	DAL	AL	N°LEZ	COSTO	ISCRIZIONI
1°corso	1 ott	19 dic	24	€ 180*	ISCRIZIONI DAL 5 settembre

\* cartagio > 163.20 euro - over 65 > 96 euro

Ingresso singolo 10.00 euro / 8.00 euro over 65 / 9.00 euro cartagio  
tessera 10 ingressi 85,00 euro - 70,00 cartagio - 50,00 over 65)

## CORSI DI ACQUAGYM

DURATA LEZIONE: 40 MINUTI

### LUNEDI - MERCOLEDI \*

Turno MATTINA: 9.15 - 9.55

Turno POMERIGGIO: 15.00 - 15.40

Turno SERA: 21.15 - 21.55

	GIORNI	DAL	AL	N°LEZ	COSTO	ISCRIZIONI
1°corso	Lun - Mer	30 set	23 dic	25	€ 187.50*	ISCRIZIONI DAL 5 settembre

⊙ cartagio > 170 euro - over 65 > 100 euro

\* possibile aggiungere il venerdì costo 7,5 / carta gio 6.8 / over 65 4.00

Tessera 10 ingressi frequenza libera valida 40 giorni

85,00 euro (70,00 cartagio - 50,00 over 65)

Ingresso singolo

10.00 euro / 8.00 euro over 65 / 9.00 euro cartagio

## NUOTO LIBERO

LA TESSERA DELLA BALNEAZIONE E' NOMINALE E NON PUO' ESSERE CEDUTA.  
Dovrà essere consegnata in piano vasca all'assistente bagnante all'inizio del turno e ripresa al termine

DAL LUNEDI AL VENERDI	SABATO	DOMENICA
7.30 - 9.00	09.00 - 10.30	09.00 - 11.00
10.30 - 12.00	10.30 - 12.00	11.00 - 13.00
12.00 - 13.30	12.00 - 13.30	
13.30 - 15.00	13.30 - 15.00	
20.00 - 21.00	17.30 - 19.00	
21.00 - 22.00		

### TESSERA 10 INGRESSI € 60.00\*

VALIDITA' 40 GIORNI - A PARTIRE DAL 30 SETTEMBRE 2024

\* cartagio > 55 euro - over 65 > 50 euro

**È OBBLIGATORIO PRESENTARE AL MOMENTO  
DELL'ISCRIZIONE IL CERTIFICATO  
MEDICO SPORTIVO NON AGONISTICO RILASCIATO DAL  
PROPRIO MEDICO O DA UN ISTITUTO DI  
MEDICINA SPORTIVA.  
ECCETTO PER GLI INGRESSI SINGOLI CHE DOVRANNO  
ESSERE ACQUISTATI PRESSO LA SEGRETERIA.**

## CORSI DI GINNASTICA IN ACQUA OVER 65

DURATA LEZIONE: 40 MINUTI

Sarà aperto al raggiungimento di 5 iscritti

### MARTEDI E GIOVEDI

09.45 - 10.25

	DAL	AL	N°LEZ	COSTO	ISCRIZIONI
1°corso	01 ott	19 dic	24	€ 96.00	NUOVE ISCRIZIONI DAL 1 settembre



**SARÀ POSSIBILE EFFETTUARE  
PRESSO L'IMPIANTO**

### LEZIONI INDIVIDUALI DI NUOTO

PACCHETTI DI 4 LEZIONI DI 30 MINUTI A 65.00 EURO

PACCHETTI DI 9 LEZIONI DI 30 MINUTI A 130.00 EURO

1 LEZIONE 20,00 EURO

(ORARIO DA CONCORDARE CON ISTRUTTORE)