



Publiacqua

***RARI NANTES
FLORENTIA ...***

***DAL 1904 IL NUOTO
A FIRENZE***

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.

PISCINA "GIGI RASPINI"
LUNGARNO FERRUCCI, 24
☎ 055-6812141

FAX 055-6812964

E-MAIL: info@rarinantesflorentia.it
WWW.rarinantesflorentia.it



RARI NANTES FLORENTIA

INFORMAZIONI, PREZZI E ORARI DEI CORSI

**ADULTI
NUOTO LIBERO
BAMBINI/RAGAZZI
ESTATE 2024**

Orario Segreteria:

**Dal Lunedì al Giovedì
9.30-12.30 / 15.30-18.30
Venerdì 9.30-12.30**

***Dal 29.07 al 16.08 orario 9.30 -12.30**

CORSI DI NUOTO ADULTI

DURATA LEZIONE: 45 MINUTI

LA TESSERA E' NOMINALE E NON PUO' ESSERE CEDUTA

MARTEDI - GIOVEDI

9.00 - 9.45

20.00 - 20.45

- 1° corso 04.06 - 27.06
7.50 euro a lezione
(4.00 over 65- 6.8 cartagì)
- 2° corso 02.07 - 25.07
7.50 euro a lezione
(4.00 over 65- 6.8 cartagì)
- Lezione di prova 10.00 euro
(8.00 over 65 - 9.00 carta già)

CORSI DI ACQUAGYM

DURATA LEZIONE: 40 MINUTI

LA TESSERA E' NOMINALE E NON PUO' ESSERE CEDUTA

LUNEDI - MERCOLEDI - VENERDI

9.05 - 9.45

15.00 - 15.40

21.00 - 21.40

Corso bi o tri settimanle

- 1° corso 03.06 - 28.06
7.50 euro a lezione
(4.00 over 65- 6.8 cartagì)
- 2° corso 01.07 - 26.07
7.50 euro a lezione
(4.00 over 65- 6.8 cartagì)
Ingresso singolo 10.00 euro
(8.00 over 65 - 9.00 carta già)
- 10 ingressi liberi 85.00 euro
(70.00 over 65 - 78 cartagì)

TUTTI GLI UTENTI SONO OBBLIGATI A PRENDERE VISIONE
DEL REGOLAMENTO DELL'IMPIANTO

PER QUALSIASI ATTIVITA' E' OBBLIGATORIO
PRESENTARE IL CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO

NON AGONISTICO CON INDICAZIONE ECG
(OLTRE I 6 ANNI).

NUOTO LIBERO

orari fino al 30.07

LA TESSERA E' NOMINALE E NON PUO' ESSERE CEDUTA
A PARTIRE DAL 1 AGOSTO GLI ORARI POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI

DAL LUNEDI AL VENERDI

7.30 - 9.00 fino al 27.07

10.45 - 12.00

12.00 - 13.15

13.15 - 14.30

14.30 - 16.00

18.45 - 20.00 dal 01.07

20.00 - 21.30

Fino al 01.07 MA-GIO > 19.30 - 21.30

Sabato e Domenica

9.00 - 11.00

11.00 - 13.00

13.00 - 15.00

15.00 - 17.00

17.00 - 19.00

TESSERA 10 LEZIONI € 60.00 - OVER 65 € 50.00 - CARTA GIÀ € 55.00

VALIDITA' 40 GG MESE DAL LUNEDI AL VENERDI

TESSERA WEEKEND 5 INGRESSI € 45.00 - OVER 65 € 40.00 - CARTA GIÀ € 42.50

Validità 40 gg

SARÀ POSSIBILE EFFETTUARE PRESSO L'IMPIANTO

LEZIONI INDIVIDUALI DI NUOTO

PACCHETTI DI 4 LEZIONI DI 30 MINUTI A 65,00 EURO
1 LEZIONE 20,00 EURO (ORARIO DA CONCORDARE CON ISTRUTTORE)



CORSO DI NUOTO BAMBINI/RAGAZZI

ISCRIZIONE A SETTIMANA:

1° SETTIMANA 03.06—07.06 2° SETTIMANA 10.06—14.06
3° SETTIMANA 17.06—21.06 4° SETTIMANA 24.06—28.06
5° SETTIMANA 01.07—05.07 6° SETTIMANA 08.07—12.07
7° SETTIMANA 15.07—19.07 8° SETTIMANA 22.07— 26.07

Corso Elementare e Specializzazione

DURATA 30 MINUTI + 10 ginnastica

Iscrizioni per frequentanti corso maggio: dal 29.04 - per nuovi: dal 13.05

MATTINA

DAL 10.06 - DAL LUNEDI AL VENERDI

9.20 - 10.10 specializzazione

10.00 - 10.40

POMERIGGIO

DAL LUNEDI AL VENERDI

16.00 - 16.50 specializzazione

16.50 - 17.30

17.20 - 18.00

17.50 - 18.30

ISCRIZIONE A SETTIMANA

5 lezioni

27.50 €

Specializzazione

37.50 €

ISCRIZIONE A SETTIMANA

5 lezioni

27.50 €

Specializzazione

37.50

Corso Baby

DURATA 40 MINUTI - Genitori a bordo vasca

ISTRUTTORE IN ACQUA - VASCA PICCOLA

Da lunedì a venerdì

Uno o più giorni a scelta

16.15 - 16.55

ISCRIZIONE A SETTIMANA

8.50 € a lezione