

Padova Nuoto

ATTIVITA' 2023-2024

ORARI SEGRETERIA

DA SETTEMBRE A MAGGIO

da lun a ven dalle 9.00 alle 20.00

sabato dalle 9.00 alle 17.00

domenica dalle 9.00 alle 12.00

via Decorati al valor civile 2

35142 Padova

Tel. 049681300

www.padovanuoto.it

info@padovanuoto.it

segreteriapadovanuoto@gmail.com

Il seguente volantino è soggetto a modifiche a causa della disponibilità variabile degli spazi acqua e palestra durante l'intero anno sportivo. Per eventuali aggiornamenti o modifiche, ti invitiamo a consultare il nostro sito web all'indirizzo www.padovanuoto.it.

INFORMAZIONI GENERALI



Dai 6 anni compiuti è obbligatorio consegnare il certificato medico per attività sportiva non agonistica con riportata la data dell'ultimo ECG eseguito.



Per gli accompagnatori:

- un paio di ciabatte pulite/ sovrascarpe monouso



Per la piscina:

- costume, cuffia, accappatoio;
- ciabatte pulite, occorrente per la doccia, ricambio e un lucchetto.



Per gli anatroccoli:

- pannolino di contenimento
- cuffietta per neonati



Per la palestra:

- scarpe da ginnastica pulite
- tappetino da pilates (consigliato)
- un asciugamano.



I pagamenti sono mensili per tutti i corsi. La quota viene calcolata in base alle lezioni presenti nel mese come da calendario (chiusure e festività escluse).



Scarica la nostra app per accedere alla tua area riservata.

Padova Nuoto



Inquadra il Q-code
e scarica la APP



ACQUA MAMY

DAL 3 MESE LEZ DI 45 MIN.

| | |
|------------|---------------|
| LUNEDI' | 11.30 - 12.15 |
| MERCOLEDI' | 12.30 - 13.15 |



Quota iscrizione annuale 30,00 €

Quota per 1 giorno a settimana - 4 lezioni 1 mese € 40,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 75,00

IL CORSO POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI DI GIORNO E ORARIO

MASSAGGIO INFANTILE E YOGA IN FASCIA

MERCOLEDI'

11.15 - 12.00
Giulia

dai 0 ai 7 mesi

NEW

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota ciclo 8 lezioni € 120,00 dal 20 settembre

ANATROCCOLI

DAI 3 AI 36 MESI LEZ DI 30 MIN.

E' necessario la presenza di un genitore in acqua.

MERCOLEDI'
Maria Elena

10.00 - 10.30

dai 3 ai 36 mesi

SABATO
Nicla

09.30 - 10.00

dai 16 ai 36 mesi

10.00 - 10.30

dai 10 ai 15 mesi

10.30 - 11.00

dai 3 ai 9 mesi

11.00 - 11.30

dai 16 ai 36 mesi

11.30 - 12.00

dai 16 ai 36 mesi

DOMENICA
Maria Elena

11.00 - 11.30

dai 3 ai 15 mesi

11.30 - 12.00

dai 16 ai 36 mesi

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota 4 lezioni mensili € 52,00




NEW

CORSI DI NUOTO PAPERINI E BAMBINI

dai 3 ai 12 anni LEZ DI 10 + 40 MIN.

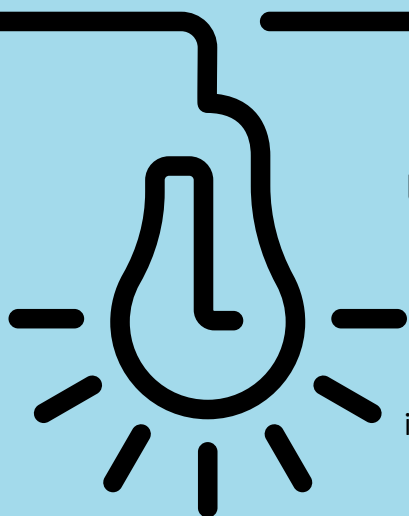
PERMETTONO IL CONSEGUIMENTO DEI BREVETTI FEDERALI

| Lunedì e Giovedì | Martedì e Venerdì | Mercoledì | Domenica |
|------------------|-------------------|---------------|--|
| | | | 09.30 - 10.20 |
| | 15.30 - 16.20 | | 10.10 - 11.00 |
| 16.10 - 17.00 | 16.10 - 17.00 | 16.10 - 17.00 | 10.50 - 11.40 |
| 16.50 - 17.40 | 16.50 - 17.40 | 16.50 - 17.40 |  |
| 17.30 - 18.20 | 17.30 - 18.20 | 17.30 - 18.20 | |
| 18.10 - 19.00 | 18.10 - 19.00 | 18.10 - 19.00 | |
| | | | |

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota per 1 giorno a settimana - 8 lezioni 2 mesi € 72,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 70,00



Sai perchè non ci sono lezioni prova per i corsi paperini/bambini? Perchè nell'intervallo di tempo di 4 lezioni (1 mese) è possibile capire se il bambino si sente a suo agio nell'ambiente e se gli orari delle lezioni sono compatibili con gli impegni familiari.

Ciò significa che il bambino avrà un'esperienza più completa e i genitori potranno prendere una decisione informata sulla partecipazione continua al corso. La nostra priorità è garantire una scelta che si basi su una visione completa e accurata delle dinamiche delle lezioni di nuoto, oltre che dell'aspetto emotivo e organizzativo.

CORSI NUOTO ADULTI JUNIOR

dai 13 ai 17 anni LEZ 45 min.

PERMETTONO IL CONSEGUIMENTO DEI BREVETTI FEDERALI

| Lunedì e Giovedì | Martedì e Venerdì | Mercoledì |
|------------------|-------------------|---------------|
| | 15.30 - 16.20 | |
| 17.30 - 18.15 | 17.30 - 18.15 | 17.30 - 18.15 |
| 18.15 - 19.00 | 18.15 - 19.00 | 18.15 - 19.00 |

CORSI DI NUOTO ADULTI

dai 18 anni LEZ 45 min.

Permettono il perfezionamento della capacità natatorie.

| Lunedì e Giovedì | Martedì e Venerdì | Mercoledì | Sabato |
|------------------|-------------------|---------------|--------------|
| | 8.30 - 9.15 | | 8.45 - 9.30 |
| | 9.15 - 10.00 | | 9.30 - 10.15 |
| | 10.00 - 10.45 | | |
| 18.15 - 19.00 | 18.15 - 19.00 | | |
| 19.00 - 19.45 | 19.00 - 19.45 | 19.00 - 19.45 | |
| 19.45 - 20.30 | 19.45 - 20.30 | 19.45 - 20.30 | |
| 20.30 - 21.15 | 20.30 - 21.15 | 20.30 - 21.15 | |

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota per 1 giorno a settimana - 8 lezioni 2 mesi € 72,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 70,00

ATTIVITÀ TERZA ETÀ

DAI 65 ANNI LEZ DI 45 MIN.



| |
|----------------------------|
| Acquafitness |
| Martedì e Venerdì |
| 8.30 - 9.15 Maria Elena |
| 9.15 - 10.00 Mari Elena |

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 56,00

LEZIONI PRIVATE

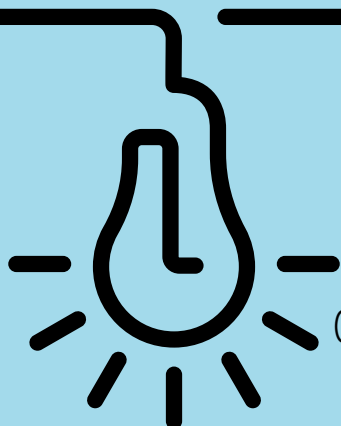
dai 3 ANNI LEZ 45 min.

Le lezioni private di nuoto sono rivolte a tutte le fasce d'età. Il rapporto diretto "1 to 1" con l'istruttore facilita e accelera l'apprendimento dell'attività.

Scegli liberamente e organizza i tuoi allenamenti in base alla disponibilità di istruttore e spazi acqua.

Quota per 1 lezione - € 37,00

Quota per 10 lezioni - € 340,00



Sai che molti genitori preferiscono iniziare con delle lezioni private prima di inserire il bambino nel gruppo dei corsi collettivi? Questo perché aiuta il bambino ad inserirsi nell'ambiente nuovo che è la piscina e ad ambientarsi con le figure (istruttori e personale) che trova in impianto, oltre ad avere un primo approccio con l'acqua esclusivo e personalizzato alle sue capacità ed esigenze.

ACQUAGYM E ACQUAGAG

DAI 18 ANNI LEZ DI 45 MIN.

| Lunedì e Giovedì | Martedì e Venerdì | Mercoledì | sabato |
|-------------------------|--------------------------|------------------------------|------------------------|
| 8.45 - 9.30 Veronica | | | 8.45 - 9.30 Sabina |
| 12.30 - 13.15 Nicla | | | 9.30 - 10.15 Sabina |
| 13.15 - 14.00 Nicla | | 13.30 - 14.15 Paola | |
| 14.00 - 14.45 Nicla | | | |
| 19.00 -19.45 Paolo | 19.00 - 19.45 Sabrina | 19.00 - 19.45 Maria Elena | |
| 19.45 - 20.30 Paolo | 19.45 - 20.30 Natasha | 19.45 - 20.30 Maria Elena | |

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota per 1 giorno a settimana - 8 lezioni 2 mesi € 80,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 75,00

SUNDAY FITNESS

DAI 18 ANNI LEZ DI 45 MIN.

DOMENICA

11.00 - 11.45

Turnazione istruttore

Quota lezione singola - € 11,00

Quota 5 lezioni - € 50,00 valido 2 mesi



PALESTRA

DAI 18 ANNI LEZ DI 50 MIN.

LE ATTIVITA' POTREBBERO SUBIRE DELLE MODIFICHE NEL CORSO DELL'ANNO

| Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì | Sabato |
|-------------------------------------|---|---|--------------------------------|-------------------------------------|--|
| | 7.00 - 7.50 Piloga Carlo | | 7.00 - 7.50 Piloga Carlo | | 7.50 - 8.40 Piloga Carlo |
| | | 9.00 - 9.50 Ginnastica Dolce Maria Elena | | | |
| 13.10 - 14.00 Piloga Carlo | | 13.10 - 14.00 Piloga Carlo | | 13.10 - 14.00 Fat Burn Mattia |  |
| 17.30 - 18.20 Pilates Carlo | | 17.30 - 18.20 Pilates Carlo | | | |
| 18.15 - 19.05 Gag Daniele |  | 17.30 - 18.10 Total Body Mattia | | | |
| 18.30 - 19.20 Pilates Carlo | | | | 18.00 - 18.50 Pilates Carlo | |
| 19.00 - 19.50 Workout Daniele | | 19.00 - 19.50 Hatha Yoga Carlo | | | |

Quota iscrizione annuale € 30,00

Quota per 1 giorno a settimana - 8 lezioni 2 mesi € 64,00

Quota per 2 giorni a settimana - 8 lezioni 1 mese € 60,00

SQUADRE AGONISTICHE

SELEZIONI A SETTEMBRE

NUOTO



SALVAMENTO

NUOTO
SINCRONIZZATO



NUOTO LIBERO ASSISTITO ORARI

| | | |
|-----------|--------------------------------|---|
| Lunedì | 07.00 - 14.00 | dalle 7.00 alle 9.00 solo con abbonamento |
| Martedì | 07.00 - 14.00 19.00 - 22.00 | dalle 7.00 alle 9.00 e dalle 20.00 alle 22.00 solo con abbonamento |
| Mercoledì | 07.00 - 14.00 19.00 - 22.00 | dalle 7.00 alle 9.00 e dalle 20.00 alle 22.00 solo con abbonamento |
| Giovedì | 07.00 - 14.00 | dalle 7.00 alle 9.00 solo con abbonamento |
| Venerdì | 07.00 - 14.00 19.00 - 22.00 | dalle 7.00 alle 9.00 e dalle 20.00 alle 22.00 solo con abbonamento |
| Sabato | 08.00 - 18.00 | dalle 8.00 alle 9.00 e dalle 17.00 alle 18.00 solo con abbonamento |
| Domenica | 08.00 - 13.00 | dalle 8.30 alle 9.00 e dalle 12.00 alle 13.00 solo con abbonamento |

ORARI IN VIGORE FINO A MAGGIO 2024

Chiedi informazioni in
segreteria per i nuovi orari
nuoto assistito



NUOTO LIBERO ASSISTITO PREZZI

| Ingressi | intero dai 13 anni | ridotto fino ai 12 anni |
|---------------------------------|-------------------------------|--|
| Feriale | € 8,50 | € 7,50 |
| Festivo | € 9,00 | € 8,00 |
| Abbonamenti | intero | ridotto |
| 5 ingressi valido 2 mesi | € 40,00 | € 36,00 |
| 10 ingressi valido 6 mesi | € 75,00 | € 67.50 |
| Mensile valido 1 mese | € 90,00 | € 81,00 |
| Stagionale scadenza maggio 2023 | € 540,00 | € 486,00 |
| Annuale valido 12 mesi | € 720,00 | € 648,00 |

**DA GIUGNO
2024**

**APERTURA
PARCO ESTIVO**



Padova Nuoto



Inquadra il Q-code
e scarica la APP



Padova Nuoto

ORARI SEGRETERIA DA SETTEMBRE A MAGGIO

da lun a ven dalle 9.00 alle 20.00

sabato dalle 9.00 alle 17.00

domenica dalle 9.00 alle 12.00

via Decorati al valor civile 2

35142 Padova

TEL. 049681300

WWW.PADOVANUOTO.IT

INFO@PADOVANUOTO.IT

SEGRETERIAPADOVANUOTO@GMAIL.COM