

CORSI ESTIVI GIUGNO-LUGLIO 2013

Corso BABY 4/5 ANNI	Lunedì e Giovedì 16.30-17.20	GIUGNO 6 LEZ € 38,80 LUGLIO 9 LEZ € 58,20
	SCUOLA MATERNA	
MONO SETTIMANALI	Mercoledì 16.30-17.20	GIUGNO 3 LEZ € 19,40 LUGLIO 5 LEZ € 32,30
Corso RAGAZZI 6/14 ANNI	Lunedì e Giovedì 17.20-18.10 18.10-19.00	GIUGNO 8 LEZ € 48,00 LUGLIO 9 LEZ € 54,00
	DALLA 1° ELEMENTARE	
MONO SETTIMANALI	Mercoledì 17.20-18.10 18.10-19.00	GIUGNO 4 LEZ € 24,00 LUGLIO 5 LEZ € 30,00
Corso ADULTI mattina	Lunedì e Giovedì 9.00-9.50	GIUGNO 8 LEZ € 46,70
Corso ADULTI	Lunedì e Giovedì 19.00-19.50 19.50-20.40	GIUGNO 8 LEZ € 55,00 LUGLIO 9 LEZ € 61,90

GAG in palestra

(tonifica gambe, addominali, glutei)

LUNEDI'	18.30-19.20
GIOVEDI'	18.30-19.20
€ 45,00 8 LEZIONI € 25,00 4 LEZIONI DAL 03 AL 27 GIUGNO 2013	

CORSI ESTIVI GIUGNO-LUGLIO 2013

Corso ACQUAGYM corso in acqua bassa	Lunedì 8.45-9.35 9.35-10.25 Mercoledì 9.00-9.50 10.00-10.50 Venerdì 10.00-10.50	GIUGNO 8 LEZ € 52,00 LUGLIO 10 LEZ € 65,00
	(acqua alta dal 3 al 7 giugno)	
AEROBICA c. in acqua bassa (acqua alta dal 3 al 7 giugno)	Mar + Ven 12.30-13.20 14.10-15.00 18.10-19.00 19.10-20.00	GIUGNO 8 LEZ € 52,00 LUGLIO 9 LEZ € 58,50 GIUGNO 8 LEZ € 52,00 LUGLIO 9 LEZ € 58,20
Corso Over 60 GYMDOLCE (acqua alta)	Lunedì e Mercoledì 10.00-10.50	GIUGNO 8 LEZ € 29,00

CORSI MENSILI GIUGNO-LUGLIO 13

Corso NEONATALE (3-24 mesi)	Sabato 10.00-10.30 10.30-11.00	GIUGNO 3LEZ € 32,30 LUGLIO 4LEZ € 43,00 <u>SONO OBBLIGATORIE LE VACCINAZIONI SANITARIE</u>
Corso BABY 2/3 ANNI	Giovedì 15.50-16.30	GIUGNO 3LEZ € 28,90 LUGLIO 4LEZ € 38,50
Corso GESTANTI (dal 3 mese)	Martedì 11.15-12.00 Giovedì 11.15-12.00	GIUGNO 8LEZ € 89,00 LUGLIO 9LEZ € 100,15

SPINNING

LUNEDI' E GIOVEDI'	19.30-20.30
€ 07,50 lezione € 75,00 abbonamento da 10 lezioni+1 omaggio Obbligatoria la prenotazione, il pagamento è richiesto al momento della prenotazione o 24 ore prima della lezione, è possibile recuperare la lezione se si comunica la disdetta entro le ore 12.00	

TAPIS ROULANT IN ACQUA (corso mensile)

LUNEDI'		17.15-17.45	20.10-20.40
MARTEDI'	13.20-14.05	17.15-17.45	
GIOVEDI'		17.15-17.45	20.10-20.40
VENERDI'		17.15-17.45	
SABATO	12.00-12.45		
€ 7,00/lezione iscritti ai corsi mensili. € 10,50/lezione per il corso mensile del sabato/martedì € 75,00 abbonamento da 10 lezioni+1 omaggio € 7,50 lezione singola (E' obbligatoria la prenotazione, il pagamento è richiesto al momento della prenotazione o 24 ore prima della lezione, in caso di disdetta avvisare 24 ore prima per recuperare la lezione).			

HIDROBIKE (corso mensile)

GIORNO	ORARI		
MARTEDI'	18.00-18.50	19.00-19.50	20.00-20.50
VENERDI'	18.00-18.50		
€ 7,50/lez corso monosettimanale € 7,00/lez corso bisettimanale € 8,00 lezione singola € 80,00 abbonamento da 10 lezioni+1 omaggio E' obbligatoria la prenotazione, il pagamento è richiesto al momento della prenotazione o 24 ore prima della lezione, in caso di disdetta avvisare 24 ore prima per recuperare la lezione.			

LEZIONI PRIVATE

€ 103,00 /1 PERSONA 5 LEZIONI DA 50 MINUTI

Non è richiesto il certificato medico.

Orari in base alla propria disponibilità conciliabili con gli orari degli istruttori e spazi acqua

DOCUMENTI OBBLIGATORI PER PARTECIPARE AI CORSI:

€ 9,00 quota associativa pagabile all'iscrizione del corso e valevole per l'anno natatorio 01/09/12-31/08/13.

I possessori della "card nuota con noi" avranno la possibilità di: pagare ratealmente i corsi;

avere uno sconto del 15% sui trattamenti e lampade (escluse promozioni) presso il centro estetico;

se hai più di 60 anni sconto del 10% sui corsi trimestrali da pagare in un'unica soluzione.

Certificato medico di sana e robusta costituzione

E' possibile effettuare la lezione di prova previo pagamento della stessa

CENTRO ESTETICO
TEL 030 8913875

Lunedì e Giovedì 09.30-18.30
Martedì 09.30-20.00
Mercoledì e Venerdì 09.30-19.00
Sabato 10.00-18.00
Dal 20/05/13 Dal lunedì al venerdì dalle 09.30 alle 18.30

Si ricorda ai clienti che i possessori della "card nuoto con noi" avranno la possibilità di avere uno sconto del 15% sui trattamenti e lampade (escluse promozioni) presso il centro estetico.

Comunichiamo che i servizi sauna e bagno turco saranno sospesi dal 24 Maggio 2013. Saranno nuovamente disponibili dal mese di Settembre 2013.

AEROBIC POLE (in vasca grande)

Quest'attività ti offre l'opportunità di svolgere esercizi infiniti, salti e movimenti divertenti!!!!

CORSI MENSILI				
Lunedì	12.00-12.30	12.45-13.15		€ 7,50/lez richiesto certificato medico.
Martedì			19.00-19.30	
Mercoledì	12.00-12.30	12.45-13.15		
Giovedì			20.10-20.40	
Sabato	13.00-13.30	13.30-14.00		

CIRCUITO (in acqua) PERCORSO (in acqua)
(aerobic pole+tapis roulant) (aerobic pole+step)

MERCOLEDÌ 18.00-19.00	MERCOLEDÌ 19.00-20.00
€ 42,00 4 LEZIONI € 10,50 LEZIONE SINGOLA	€ 42,00 4 LEZIONI € 10,50 LEZIONE SINGOLA

ORARI NUOTO LIBERO
dal 10 Giugno 2013

LUNEDÌ	12.15-21.00
MARTEDÌ	12.15-21.00
MERCOLEDÌ	12.15-21.00
GIOVEDÌ	12.15-21.00
VENERDÌ	12.15-21.00
SABATO	09.00-19.00
DOMENICA	13.30-19.00

RESIDENTI	NON RESIDENTI	RIDOTTO/CONVENZ
Ingresso sing € 4,90	Ingresso sing 4,90	Ingresso sing € 3,70
Abb 12 ing € 42,50	Abb 12 ing € 49,00	Abb 12 ing € 37,00
Abb trimestra € 116,00	Abb trimestrale € 116,00	Abb trimestrale € 96,00
Abb mensile € 41,00	Abb mensile € 45,50	Abb mensile € 35,00
Abb annuale € 340,00	Abb annuale € 340,00	Abb annuale € 340,00
Abbonamento ridotto e residenti comune di Gardone V.T. 12 ingressi (per ragazzi fino a 14 anni e ultrasessantenni)		€ 34,00
CARD NUOTA CON NOI al costo di: € 35,00 (residenti comune di Gardone V.T.) € 42,00 (non residenti) chiedi informazioni in segreteria !! tanti vantaggi per te!		

DATE LEZIONI CORSI BISETTIMANALI

LUNEDÌ + GIOVEDÌ	DAL 03/06/13	AL 29/07/13
LUN + MERCOL+VEN	DAL 03/06/13	AL 31/07/13
MARTEDÌ + VENERDÌ	DAL 04/06/13	AL 30/07/13

DATE LEZIONI CORSI MONOSETTIMANALI

MERCOLEDÌ	DAL 05/06/13	AL 31/07/13
-----------	--------------	-------------



Associati in
G.A.M. Team S.R.L.
Società Sportiva Dilettantistica
presso la

PISCINA COMUNALE
DI GARDONE V.T.

POTRAI USUFRUIRE DI
CORSI DI NUOTO E
ATTIVA' FITNESS PER
1 MESI DI
GIUGNO - LUGLIO 2013

TEL. 030/831861 FAX 030/8916133

VISITA IL NOSTRO SITO www.gamteam.it

e-mail: gamteam.gardone@gamteam.it