

MODALITA' D'ISCRIZIONE

La quota di iscrizione implica l'accettazione dei regolamenti dei corsi e dell'impianto esposti all'interno del centro.

All'atto dell'iscrizione è richiesto il saldo, come da regolamento l'importo non verrà in alcun caso rimborsato.

Verrà rilasciata una tessera magnetica per la quale è richiesta una cauzione di €. 5,00 (verrà restituita alla riconsegna della stessa)

ISCRIZIONE ANNUALE: (VALIDITA' ANNUALE)
€. 20,00

Prima dell'inizio del corso è obbligatorio consegnare in segreteria il certificato medico dai 6 anni di età compiuti per attività sportiva non agonistica (la mancata consegna del certificato o la scadenza dello stesso, 1 anno dal rilascio, fa decadere il diritto d'accesso alle lezioni), attenersi alle nuove norme e alle conseguenti ordinanze Regionali ed ai protocolli di sicurezza nonché alle linee guida emanate dall'Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri che prevedono lo svolgimento del servizio per la sicurezza del personale e degli utenti.

Le lezioni perse possono essere recuperate con il nuoto libero entro e non oltre il 31/01/2026 per il 1° turno e entro e non oltre il 30/04/2026 per il 2° turno, l'importo non verrà in alcun modo rimborsato.

Per coloro che rinnoveranno il 1° turno le lezioni perse possono essere recuperate entro il 30/04/2026.

La direzione si riserva di fare partire i corsi al raggiungimento del numero minimo di iscritti

L'iscrizione a corsi già iniziati è subordinata alla valutazione del coordinatore di vasca e ai corsi disponibili.

Prima dell'iscrizione, a completamento della procedura, e' obbligatorio prendere visione del regolamento corsi e domanda d'iscrizione che verra' sottoscritto dall'interessato .



CORSI FITNESS INVERNALE 2025-2026

1° TURNO DI CORSI

INIZIO CORSI: 15 SETTEMBRE 2025

FINE CORSI: 19 DICEMBRE 2025

2° TURNO DI CORSI

inizio corsi: 07 GENNAIO 2026

fine corsi: 30 APRILE 2026

APERTURA ISCRIZIONI

da **LUNEDI' 08 a VENERDI' 12 SETTEMBRE 2025**

DALLE 9.00 ALLE 12.00

DALLE 14.30 ALLE 17.30

Per maggiori informazioni:

Piscina della Valmalenco

loc. Vassalini, snc - Chiesa in Valmalenco (So)

tel. 0342 - 454201

web: www.snef.it - www.piscinavalmalenco.it

mail: info.chiesa@snef.it



seguci su FACEBOOK

HYDROBIKE

Un'alternativa varia e divertente al ciclismo, il corso di hydrobike permette di pedalare in acqua a ritmo di musica, per tenersi in forma divertendosi.

ATTIVITA': INTENSA

Durata 40 minuti

TOTALBODY ACQUABIKE

Il corso di total-body acquabike permette di pedalare in acqua a ritmo di musica, per tenersi in forma divertendosi e fare allenamento con grandi, piccoli attrezzi e a corpo libero.

ATTIVITA': INTENSA

Durata 45 minuti

ACQUAGYM

Allenamento a corpo libero con piccoli attrezzi, l'ideale per una tonificazione total body con musica e coreografie.

ATTIVITA': MEDIA

Durata: 45 minuti

FESTIVITA' CORSI (giorni in cui non si effettueranno le lezioni)

- **LUNEDI' 08 DICEMBRE 2025**

- **da GIOVEDI' 02 APRILE 2026 a MARTEDI' 07 APRILE 2026**

LEZIONI 1° TURNO dal 15/09/2025 al 19/12/2025

LUNEDI' 13

MARTEDI' 14

MERCOLEDI' 14

GIOVEDI' 14

VENERDI' 14

LEZIONI 2° TURNO dal 07/01/2026 al 30/04/2026

LUNEDI' 15

MARTEDI' 15

MERCOLEDI' 17

GIOVEDI' 16

VENERDI' 14

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
HYDROBIKE		19.30	19.15 / 20.00	18.30	
ACQUABIKE		18.15	18.30.00		
ACQUAGYM	18,30			14.45	

I seguenti giorni, orari e corsi potrebbero subire delle modifiche in base alle richieste.

ACQUABIKE SILVER

Il corso di acquabike silver e' adatto alle persone **OVER 60**, e' un'attività di allenamento dolce in acqua per iniziare la giornata tenendosi in forma con un buon risveglio muscolare.

ATTIVITA': FACILE

Durata: 40 minuti