

**Dehor esterno con
2 lettini e ombrellone
a famiglia
(fino ad esaurimento)**



Servizio bar/ristorante



**a.s.d. Valmaira Piscine
Roccabruna – Via P.Acchiardi 12 – Tel 0171 91.82.33**



ESTATE 2026



ORARI DI APERTURA

da Domenica 14/6 a Sabato 29/8

Dal Lunedì al Venerdì 8.00 – 22.00

Sabato 8.00 – 19.30

Domenica 9.00 – 19.30

CHIUSO Sabato 15/8

Nuoto Libero

1 o più corsie (secondo disponibilità)
tutti i giorni a tutte le ore

Adulti 14 – 59 anni

Ingresso singolo € 8,00

Tessera da 12 ingressi € 80,00

Junior 6-13 anni e Over 60

Ingresso singolo € 5,50

Tessera da 12 ingressi € 55,00

Possibilità di abbonamenti a periodi

Corsi Individuali

Un istruttore personale sarà a vostra
disposizione in giorni e orari concordati insieme

Costo a lezione

1 persona € 25,00

2/3 persone € 20,00 cad.

Sconti sui Corsi collettivi

Piano Famiglia per iscrizioni
di più persone facenti parte dello stesso
nucleo familiare

Over 60 – Sconto del 15%

**Corsi sospesi nella settimana
di Ferragosto dal 10 al 15/8**

**PER FREQUENTARE I CORSI E' OBBLIGATORIO IL
CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO DAI 6 ANNI DI ETA'**

BAMBINI / RAGAZZI

Acquaticità 3-12 mesi

Mar 15.50 – Mer 9.10 e 10.30 – Gio 9.50 – Ven 10.00 – Sab 11.30

Acquaticità 1-3 anni

Lun 10.00 - Mar 10.00 – Mer 9.50 e 15.50 – Gio 16.30 – Ven 15.50
Sab 9.10 e 10.50

Acquaticità 3-6 anni e Nuoto 6-13 anni

Dal Lun al Ven: 16.30 + 18.10
Sabato: 9.10 + 10.00 + 10.50 + 11.40 + 12.10

SPRINT 3-13 anni Turno A 15–26/6 Turno B 29/6 – 10/7

Ore 17. 20 Turno C 13 – 24/7 Turno D 27/7 – 7/8

Turno E 17 – 28/8

10 lezioni dal Lunedì al Venerdì per due settimane

NUOTO ADULTI

Lun, Mar e Mer 19.00 - 19.50 – 20.40
Gio 10.00-19.00-19.50-20.40 – Ven 19.00 - Sab 9.10

AQUAFITNESS

Lun 9.00 e 20.40 – Mar 20.40 (Step) – Mer 19.00 (acqua alta)
Gio 9.00 e 19.50 – Ven 9.00 e 15.10 – Sab 9.00

CIRCUIT TRAINING

Lun 19.00 - Mer 19.50

WALK and BIKE

Martedì 18.00 (50' di camminata veloce + 50' di Acquabike)

AQUABIKE

Lun 13.00 e 19.50 – Mar 9.00, 19.00 e 19.50
Mer 12.50 e 20.40 – Gio 19.00 – Ven 19.50 – Sab 8.10

GINNASTICA E RIEDUCAZIONE POSTURALE – Martedì 9.05

**NUOTO AGONISTICO – PALLANUOTO – NUOTO ARTISTICO
PRE-PARTO - TRATTAMENTI RIABILITATIVI POST TRAUMATICI**

Chiedere orari in segreteria