

CORSI DI NUOTO ESTATE 2022

FASCIA BAMBINI E RAGAZZI 3-14 ANNI



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9:15						Estivo 7-14 Anni
10:00						Estivo 3-6 Anni
10:45						Estivo 3-6 Anni
16:45	Intensivo 3-6 Anni		Intensivo 3-6 Anni		Intensivo 3-6 Anni	
17:30	Intensivo 7-14 Anni		Intensivo 7-14 Anni		Intensivo 7-14 Anni	
18:15	Intensivo 7-14 Anni		Intensivo 7-14 Anni		Intensivo 7-14 Anni	

ESTIVO - 1 allenamento a settimana

Il corso estivo è **monosettimanale** con un allenamento al sabato di 45 minuti in base alla fascia d'età e livello.

INTENSIVO - 3 allenamenti a settimana

Il corso intensivo mira a sviluppare le abilità di nuoto nel breve periodo con una frequenza di partecipazione fissa di **3 volte a settimana** (lunedì, mercoledì e venerdì, con allenamenti di 45 minuti) in base alla fascia d'età e livello.

È possibile abbinare il **corso intensivo** al **corso estivo** (arrivando a svolgere **4 lezioni settimanali**).

Centro Sportivo HOF S.S.D. A R.L.

0422 885466

Via Carrer, 7 - Nervesa della Battaglia (TV)

info@centrosportivohof.it

www.centrosportivohof.it

ALTRE INFORMAZIONI

I corsi si svolgeranno per 7 settimane dal 13 giugno al 30 luglio 2022. Iscrizione di minimo 2 settimane (anche non consecutive tra loro).

HOF
HOUSE OF FITNESS