

PISCINA COMUNALE DI COSENZA

ACQUA FITNESS BASIC SERALE

(GINNASTICA IN ACQUA ALTA)



Vi facciamo star bene.

Inizio iscrizioni 01 Marzo 2012

Inizio corso 03.04.2012 Fine Corso 28.06.2012

In cosa consiste:

Nell'attività fisica in acqua alta, scandita da un ritmo musicale con il supporto di attrezzature varie di vasca, idonee ad una precisa esecuzione dei movimenti, modulati da esercizi meno intensi.

A chi è rivolto il servizio:

adulti che desiderano un servizio dinamico che spezzi la routine giornaliera e che generi benefici corporei.

Quando:

MARTEDI' - GIOVEDI'

ORARI DISPONIBILI

DALLE ORE 19.30 – ALLE ORE 20.30

DALLE ORE 20.30 – ALLE ORE 21.30

DALLE ORE 21.30 – ALLE ORE 22.30

Lezioni comprese nel trimestre n° 25

Quota euro 125,00 comprensiva di assicurazione ed iscrizione

Quota trimestrale per frequenza di 1 giorno di mattina a settimana per Acqua fitness euro 55,00

Integrazione di un terzo giorno di nuoto mattina euro 25,00

Modalità di pagamento

Carta di credito/bancomat;
assegno c/c o circolare intestato CO.GE.I.S.

Documentazione da presentare al momento dell'iscrizione

Certificato medico di stato di buona salute
Documento di riconoscimento.

Chiusura impianto:

sabato 07 e lunedì 30 aprile

Per ulteriori informazioni rivolgersi presso i nostri uffici di segreteria
dal Lunedì al Venerdì dalle ore 08.00 alle ore 22.00, Sabato dalle ore 09.00 alle ore 19.30