



STELLA D'ORO CONI AL MERITO SPORTIVO

# Stagione 2017-2018 Piscina A. Bendini

**Piscina di Collegno "A. Bendini"**  
Piazza Che Guevara, 13 - 10093 Collegno  
[collegno@rarinantestorino.com](mailto:collegno@rarinantestorino.com)  
Tel. 011.0142168



## Attività Baby

Una straordinaria esperienza di gioco e libertà: il contatto con l'acqua, per i neonati, è prima di tutto questo. In piscina i bebè sperimentano, in modo naturale, le stesse abilità motorie che li renderanno poi in grado di camminare e correre. I corsi si svolgeranno con Mamma o Papà presenti in acqua.

## Baby 18-36 mesi

sabato | 11:30 - 12:00

### Tariffe:

5 lezioni € 40,00 (1 recupero)

10 lezioni € 75,00 (2 recuperi)

## Acquaticità 3-5 anni

I bambini, divertendosi, imparano a stare a proprio agio in acqua, a muoversi a mantenere diverse posizioni di galleggiamento. Non è ancora tempo di dedicarsi alla tecnica. Il gioco, infatti, è al centro della nostra attività ed è lo strumento con cui si pongono le basi che permetteranno, successivamente, di sviluppare una nuotata.

lunedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10	18:00 - 18:50	
martedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
mercoledì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
giovedì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10	18:00 - 18:50	
venerdì	16:40 - 17:30	17:20 - 18:10		
sabato	09:30 - 10:20	10:20 - 11:10	11:10 - 12:00	11:30 - 12:20
	15:10 - 16:00	16:00 - 16:50		

### Tariffe:

#### 1 volta alla settimana

5 lezioni € 39,00

10 lezioni € 66,00 / € 69,00 (1 recupero)

15 lezioni € 97,00 / € 103,00 (2 recuperi)

Stagionale € 220,00 (04/09 - 16/06)

#### 2 volte alla settimana

10 lezioni € 66,00 / € 69,00 (1 recupero)

15 lezioni € 97,00 / € 103,00 (2 recuperi)

20 lezioni € 122,00 - € 131,00 (3 recuperi)

Stagionale € 370,00 (04/09 - 16/06)

## Scuola Nuoto Bambini 6-13 anni

Didattica, organizzazione e professionalità sono le caratteristiche dei nostri corsi di Scuola Nuoto. La Rari Nantes Torino è una Scuola Nuoto riconosciuta dalla Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.). Un'altra conferma è il livello raggiunto dalla squadra agonistica, sempre ai vertici in Italia, con al suo attivo già cinque atleti olimpici.

lunedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
martedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
mercoledì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
giovedì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
venerdì	16:50 - 17:40	17:30 - 18:20	18:10 - 19:00	
sabato	09:20 - 10:10	10:00 - 10:50	10:40 - 11:30	
	15:10 - 16:00	16:00 - 16:50		

### Tariffe:

#### 1 volta alla settimana

5 lezioni	€ 35,00
10 lezioni	€ 64,00 / € 67,00 (1 recupero)
15 lezioni	€ 93,00 / € 99,00 (2 recuperi)
Stagionale	€ 210,00 (04/09 - 16/06)

#### 2 volte alla settimana

10 lezioni	€ 64,00 / € 67,00 (1 recupero)
15 lezioni	€ 93,00 / € 99,00 (2 recuperi)
20 lezioni	€ 115,00 - € 124,00 (3 recuperi)
Stagionale	€ 360,00 (04/09 - 16/06)



## Scuola Nuoto Avanzata

Con prova di ammissione

### Pallanuoto

	martedì	mercoledì	venerdì
da 12 anni	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40
da 8 anni	18:10 - 19:20		18:10 - 19:20

### Nuoto Sincronizzato

	lunedì	mercoledì	giovedì
da 12 anni	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40	15:40 - 16:40
da 8 anni	18:10 - 19:20	17:30 - 18:40	18:10 - 19:20

### Tariffe:

#### Gruppi dagli 8 anni:

10 lezioni	€ 70,00 (1v/sett - 1 recupero)
20 lezioni	€ 120,00 (2vv/sett - 2 recuperi)

#### Gruppi dai 12 anni:

Trimestrale	€ 95,00 (1v/sett)
Trimestrale	€ 170,00 (2+vv/sett)
Stagionale	€ 240,00 (1v/sett) 05 set - 10 giu
Stagionale	€ 420,00 (2+vv/sett) 05 set - 10 giu

DOPO LA SCUOLA NUOTO I NOSTRI CORSI CONTINUANO CON L'AVVIAMENTO AL NUOTO SINCRONIZZATO ED ALLA PALLANUOTO

## Nuoto per Salvamento

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
da 12 anni	15:30 - 17:00		15:40 - 17:20		15:30 - 17:00
da 8 anni	16:50 - 17:40			16:50 - 17:40	

### Tariffe:

#### Gruppi dagli 8 anni:

- 10 lezioni € 70,00 (1v/sett - 1 recupero)
- 20 lezioni € 120,00 (2vv/sett - 2 recuperi)

#### Gruppi dai 12 anni:

- Trimestrale € 95,00 (1v/sett)
- Trimestrale € 170,00 (2+vv/sett)
- Stagionale € 240,00 (1v/sett) 05 set - 10 giu
- Stagionale € 420,00 (2+vv/sett) 05 set - 10 giu

PER IL TESSERAMENTO E PER LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO E AI TORNEI, È OBBLIGATORIA LA CERTIFICAZIONE MEDICO-SPORTIVA AGONISTICA da consegnare in originale alla Segreteria

## Scuola nuoto Adulti dai 14 anni

Adatta sia ai principianti che vogliono aumentare la loro sicurezza in acqua, sia ai nuotatori esperti che vogliono perfezionare la loro tecnica. I nostri istruttori, attenti e preparati, sono pronti a prendersi cura delle esigenze di tutti, anche di chi non è mai entrato in acqua e magari ne ha paura.

lunedì	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50	19:50 - 20:40	
martedì	08:30 - 09:20	09:20 - 10:10	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50
	19:50 - 20:40			
mercoledì	13:00 - 13:50	18:10 - 19:00	19:00 - 19:50	
giovedì	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50	19:50 - 20:40	
venerdì	08:30 - 09:20	09:20 - 10:10	13:00 - 13:50	19:00 - 19:50
	19:50 - 20:40			

### Tariffe:

- 5 lezioni € 39,00 (solo 1v/sett)
- 10 lezioni € 70,00 / € 73,00 (1 recupero)
- 15 lezioni € 99,00 / € 104,00 (2 recuperi)
- 20 lezioni € 128,00 / € 137,00 (3 recuperi - solo 2vv/sett)

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI LEGGI IN FONDO AL LIBRETTO

## Swim Training

Master, Triathlon e Nuoto Evoluto – allenamento specifico.

Comprende 3 allenamenti settimanali e l'accesso a tutti i turni di nuoto libero.

lunedì	20:40 - 22:10	
mercoledì	20:00 - 21:30	
venerdì	20:00 - 21:30	

### Tariffe:

**Abbonamento stagionale (dal 5 settembre al 22 luglio)**

€ 430,00

**Abbonamento mensile** € 65,00

## Nuoto Libero

Per il nuoto libero non sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione. La vaschetta non è disponibile negli orari serali.

Lunedì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Martedì	08:30 - 16:00		19:00 - 21:50	
Mercoledì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Giovedì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Venerdì	08:30 - 16:00		19:00 - 21:50	
Sabato	08:30 - 17:00			
Domenica	09:30 - 12:30			

### Tariffe:

#### ingressi singoli (lunedì - venerdì)

intero € 5,50

ridotto 12 anni € 4,00

ridotto Over 65 anni € 4,50

#### ingressi singoli (sabato - domenica)

intero € 6,50

ridotto 12 anni € 4,50

ridotto Over 65 anni € 5,50

#### Genitori + bambini (lunedì - venerdì)

1 genitore + 1 bambino € 8,50

2 genitori + 1 bambino € 13,00

2 genitore + 2 bambini € 14,00

ogni bambino aggiuntivo € 1,00

#### Genitori + bambini (sabato - domenica)

1 genitore + 1 bambino € 10,00

2 genitori + 1 bambino € 15,00

2 genitore + 2 bambini € 17,00

ogni bambino aggiuntivo € 1,50

#### abbonamenti

11 ingressi (lunedì - venerdì) € 55,00 (validità 12 settimane)

11 ingressi (sabato - domenica) € 65,00 (validità 20 settimane)

## Nuoto Sportivo (valido in tutti i turni di nuoto libero)

Attività per la quale sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione.

### Tariffe:

**Abbonamento stagionale (dal 4 settembre al 22 luglio)**

€ 370,00

**Abbonamento trimestrale** € 135,00

## Idrochinesi

Maggiori informazioni in segreteria.

### Tariffe:

1 lezione	€ 25,00
5 lezioni	€ 120,00
11 lezioni	€ 250,00

## Future Mamme

martedì	12:00 - 12:50		
venerdì	12:00 - 12:50		

### Tariffe:

5 lezioni	€ 50,00
10 lezioni	€ 90,00

## Fitness in Acqua e Palestra dai 16 anni

Massimo divertimento e tutti i benefici dell'acqua: queste attività, ormai presenti nelle piscine di tutta Europa, presentano numerosi vantaggi e sono adatte ad ogni età. Le alternative offerte dai nostri impianti sono numerose e diverse tra loro.

orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:00-09:45		AcquaGym			AcquaGym	
09:50-10:35		AcquaFluid			AcquaFluid	
13:00-13:45	AcquaGym	Pilates	AcquaCircuit		AcquaCross	
14:30-15:15				Pilates		
15:00-15:45		AcquaGym				
18:10-18:55			AcquaCircuit			
18:30-19:15		AcquaGym			AcquaZumba	
18:50-19:35	AcquaCircuit			AcquaIntervall		
19:00-19:45			AcquaGym			
19:10-19:55	Pilates			Pilates		
19:30-20:15		Zumba	TRX Circuit			
19:40-20:25	AcquaCircuit			AcquaCircuit		
20:10-20:55	Pilates			Pilates		

### Tariffe Acqua:

#### AcquaGym - AcquaZumba - AcquaFluid - AcquaCross (Novità) - AcquaInterval (Novità)

1 lezione	€ 10,00
5 lezioni	€ 42,00
10 lezioni	€ 78,00 / € 82,00 (1 recupero)
15 lezioni	€ 108,00 / € 116,00 (2 recuperi)
20 lezioni	€ 135,00 / € 146,00 (3 recuperi)

#### AcquaCircuit - Nuovi attrezzi!

1 lezione	€ 11,00
5 lezioni	€ 45,00
10 lezioni	€ 82,00 / € 86,00 (1 recupero)
15 lezioni	€ 112,00 / € 119,00 (2 recuperi)
20 lezioni	€ 140,00 / € 151,00 (3 recuperi)

#### Abbonamenti stagionali (4 settembre - 30 giugno)

1 volta a settimana	€ 245,00	2 volte a settimana	€ 410,00
OPEN 10 ingressi	€ 95,00	OPEN stagionale (2++vv/sett)	€ 480,00

### Tariffe Palestra:

#### Pilates - Zumba - TRX Circuit (Novità)

1 lezione	€ 10,00
5 lezioni	€ 35,00
10 lezioni	€ 62,00 / € 65,00 (1 recupero)
15 lezioni	€ 82,00 / € 88,00 (2 recuperi)
20 lezioni	€ 104,00 / € 112,00 (3 recuperi) frequenza solo 2 vv/sett

- Tutte le attività proposte sono gestite dalla Rari Nantes Torino s.s.d.a.r.l. con **personale qualificato**
- La **quota di iscrizione** (€ 40,00) ha validità di 12 mesi ed è comprensiva di assicurazione
- All'atto dell'iscrizione è necessario un **certificato medico**, in originale, che attesti l'**idoneità all'attività sportiva non agonistica** ed una fotografia
- **Le lezioni si intendono consecutive**: il rinnovo va effettuato entro la scadenza del pacchetto di lezioni acquistate. **I recuperi sono consecutivi alla scadenza**
- Nelle scadenze di ogni pacchetto di lezioni sono comprese le chiusure programmate dell'impianto. Il calendario delle stesse è disponibile presso la segreteria
- Ogni pacchetto di lezioni potrà essere **sospeso una sola volta** per una durata minima di 15 giorni previa comunicazione in segreteria. L'eventuale **sospensione non dà diritto al mantenimento del posto**, ma al recupero di tutte le lezioni perse, comunque entro il 21-07-2018. La successiva ripresa delle lezioni deve essere concordata con la segreteria

### Orari segreteria:

- Lunedì dalle 12:30 alle ore 20:30
- Martedì dalle 9:00 alle ore 20:30
- Mercoledì dalle 12:30 alle ore 20:30
- Giovedì dalle 12:30 alle ore 20:30
- Venerdì dalle 9:00 alle ore 20:30
- Sabato dalle 08:30 alle 16:00
- Domenica dalle 09:30 alle 12:30

[www.rarinantestorino.com](http://www.rarinantestorino.com)

seguici su  

*Mirafiori*  
MOTOR VILLAGE



Main Sponsor

BLEUFORËT  
POLYESTER-FABRICATION

BCC  
Casalgrasso e  
Sant'Albano Stura

Sponsor

HEAD

Technical Sponsor

engas  
La nostra passione è la tua energia

Energy partner