



Stagione 2023-2024 Piscina di Carmagnola

Orario invernale
dal 4 settembre 2023
al 20 luglio 2024

RARI NANTES TORINO
SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

Corso Roma, 22 - 10022 Carmagnola (TO)

Tel. 011.19220992

www.rarinantestorino.com/carmagnola

carmagnola@rarinantestorino.com



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. Il corso fornisce al bambino una base per la sua acquaticità futura, tramite scivolamenti ed immersioni, con l'aiuto del genitore, coinvolto attivamente. Non è necessario al momento dell'iscrizione presentare il certificato medico.

Baby 5-18 mesi

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

Baby 19-36 mesi

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

Tariffe:

6 lezioni € 65,00 (1 recupero) 1v/sett

12 lezioni € 118,00 (2 recuperi) 2vv/sett

Pacchetto Open 6 lezioni € 77,00 (validità 2 mesi) obbligatoria la prenotazione telefonica

ORARI FINO AL 8 GIUGNO 2024

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. L'attività diventa un "ponte" tra l'attività baby e l'acquaticità 3-5 anni, poiché la presenza del genitore aiuta il bambino ad accelerare la conoscenza dell'ambiente circostante, dandogli la possibilità di conoscere il proprio corpo e adattarsi all'acqua in un clima di sicurezza. A partire dai 3 anni il bambino può affrontare l'attività anche da solo, ma è possibile che si trovi alla prima esperienza in acqua. La figura di riferimento durante l'attività diventa il genitore al quale poco per volta si sostituirà il tecnico per accompagnare il bambino verso il completamento del percorso didattico, che prevede gli stessi obiettivi dell'acquaticità. Il passaggio naturale è quello dell'attività senza genitore quando di comune accordo si riterrà che il bambino sia pronto.

3-5 anni da 30 mesi con genitore in acqua

lunedì			
martedì			
mercoledì	18:20 - 19:00		
giovedì			
venerdì			
sabato	15:40 - 16:20		

3-5 anni solo bimbo senza genitore

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

Tariffe:

6 lezioni € 65,00 (1 recupero)

8 lezioni € 85,00 (1 recupero)

12 lezioni € 121,00 (2 recuperi) 2vv/sett

16 lezioni € 155,00 (2 recuperi) 2vv/sett

Pacchetto Open 11 lezioni € 128,00 (validità 2 mesi) obbligatoria la prenotazione telefonica

ORARI FINO AL 8 GIUGNO 2024

DAL 11 SETTEMBRE AL 20 LUGLIO
Scuola Nuoto Bambini 6-12 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	16:40 - 17:30	17:30 - 18:20		
martedì	16:40 - 17:30	17:30 - 18:20		
mercoledì	16:40 - 17:30			
giovedì	16:40 - 17:30	17:30 - 18:20		
venerdì	16:40 - 17:30	17:30 - 18:20		
sabato	09:50 - 10:40	10:40 - 11:30	11:30 - 12:20	15:30 - 16:20

Tariffe:

8 lezioni € 79,00 (1 recupero) 1v/sett

16 lezioni € 144,00 (2 recuperi) 2vv/sett

24 lezioni € 200,00 (2 recuperi) 2-3vv/sett

Pacchetto Open 11 lezioni € 120,00 (validità 2 mesi) obbligatoria la prenotazione telefonica

Durata delle lezioni 50 minuti (5' accoglienza + 45' di nuoto)



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

Avviamento alla discipline acquatiche DAL 11 SETTEMBRE AL 20 LUGLIO

Raggiunto il livello tecnico necessario, esiste la possibilità, per bambini e adolescenti, di essere inseriti in corsi finalizzati all'avviamento di discipline acquatiche di squadra: nuoto sincronizzato, pallanuoto, salvamento sportivo. L'inizio di queste attività avviene, compatibilmente con le capacità di ognuno, non prima degli 8-10 anni. Chi ha piacere potrà prendere parte a manifestazioni e piccoli tornei.

**Avviamento misto alla Pallanuoto
9-14 anni**

lunedì	16:40 - 17:30		
giovedì	18:20 - 19:10		

**Avviamento al Nuoto Sincronizzato
8-14 anni**

martedì	16:40 - 17:30		
venerdì	16:40 - 17:30		

Tariffe:

8 lezioni € 79,00 (1 recupero)

16 lezioni € 144,00 (2 recuperi) 2vv/sett

24 lezioni € 200,00 (2 recuperi) 2-3vv/sett

Durata delle lezioni 50 minuti (5' accoglienza + 45' di nuoto)

DAL 4 SETTEMBRE AL 20 LUGLIO**Scuola Nuoto Ragazzi****12-16 anni**

lunedì	18:20 - 19:05		
martedì	18:20 - 19:05		
mercoledì	18:20 - 19:05		
giovedì	18:20 - 19:05		
venerdì	18:20 - 19:05		
sabato			

Tariffe:

8 lezioni € 79,00 (1 recupero)
 16 lezioni € 144,00 (2 recuperi) 2vv/sett
 24 lezioni € 200,00 (2 recuperi) 2-3vv/sett

Pallanuoto**U18****Master**

lunedì	20:00 - 21:20	20:00 - 21:20	
martedì			
mercoledì	20:00 - 21:20	20:00 - 21:20	
giovedì		18:45 - 20:15*	
venerdì			
sabato	14:10 - 15:30		

*** con nuoto master****Tariffe:**

lezione singola € 10,00
 mensile € 90,00 (validità 1 mese)
 stagionale € 660,00
 dal 4 settembre 2023 al 30 giugno 2024

Pallanuoto Avanzato**U14****U16**

lunedì	15:20 - 16:40	19:15 - 20:35	
martedì			
mercoledì	17:30 - 18:50	18:50 - 20:10	
giovedì			
venerdì			
sabato	14:10 - 15:30	14:10 - 15:30	

Per potersi iscrivere è necessario avere buone capacità natatorie

Tariffe:

8 lezioni € 102,00 (1 recupero)
 16 lezioni € 185,00 (2 recuperi) 2vv/sett
 mensile € 90,00
 stagionale* € 720,00 3vv/sett
 fino al 30/06/2024

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

Le tariffe sopra riportate sono da considerarsi escluse di quota associativa, la quota ha un costo di € 40,00 con validità dal 1 settembre al 31 agosto

PER SAPERE COME USUFRUIRE DEI RECUPERI VAI ALL'ULTIMA PAGINA

DAL 4 SETTEMBRE AL 20 LUGLIO

Scuola Nuoto Adulti

Lunedì	12:30 - 13:15	13:15 - 14:00	19:05 - 19:50	19:50 - 20:35
Martedì	09:45 - 10:30	10:30 - 11:15	19:05 - 19:50	19:50 - 20:35
Mercoledì	13:15 - 14:00	19:05 - 19:50		
Giovedì	12:30 - 13:15	13:15 - 14:00	19:05 - 19:50	19:50 - 20:35
Venerdì	09:45 - 10:30	10:30 - 11:15	19:05 - 19:50	

Tariffe:

8 lezioni	€ 80,00	- over 65	€ 66,00
16 lezioni	€ 145,00 2vv/sett	- over 65	€ 123,00 (2 recuperi) 2vv/sett
24 lezioni	€ 198,00 2-3vv/sett	- over 65	€ 168,00 (2 recuperi) 2-3vv/sett

10 lezioni Open (per turnisti)* € 95,00 (valido 3 mesi)

* Possibilità di prenotare on-line le lezioni in base ai propri turni

Nuoto Master

martedì	12:00 - 14:00
mercoledì	19:05 - 20:35
giovedì	12:00 - 14:00
venerdì*	12:00 - 14:00

Più orari del nuoto libero dal lunedì al sabato

*Corsia riservata, senza allenatore

Tariffe:

Abbonamento annuale (settembre - luglio)	€ 680,00
Abbonamento mensile	€ 90,00
11 ingressi	€ 90,00 (validità 3 mesi)
Ingresso singolo	€ 10,00

Nuoto Libero vasca da 25 metri - da 16 anni compiuti

Per il nuoto libero non sono necessari il certificato medico e la quota d'iscrizione.

Lunedì	12:00 - 15:00		19:05 - 20:35	
Martedì	09:00 - 15:00		19:05 - 20:35	
Mercoledì	12:00 - 15:00		19:05 - 20:00*	
Giovedì	12:00 - 15:00		19:05 - 20:35	
Venerdì	09:00 - 15:00		18:20 - 20:00	
Sabato	09:30 - 14:00	12:30 - 14:00*	15:30 - 16:30	

* Vasca piccola riscaldata

Tariffe:

ingressi singoli

intero	€ 6,50
ridotto	€ 5,00
sabato intero	€ 7,50
sabato ridotto	€ 5,50

tessere 11 ingressi (validità 6 mesi)

da lunedì a venerdì	€ 65,00
solo sabato	€ 75,00

Non è richiesta né l'iscrizione annuale né presentazione del certificato medico.

Lezioni private di nuoto

Per chi volesse usufruire di lezioni private individuali o fino ad un massimo di tre persone, è possibile richiedere un istruttore qualificato, con cui concordare giorni e orari.

Tariffe:

11 lezioni private individuali:	€ 250,00 (da utilizzare entro 3 mesi)
5 lezioni private individuali:	€ 130,00 (da utilizzare entro 2 mesi)
Lezioni private individuali singole:	€ 30,00
Lezioni private individuali 2° componente:	+ € 10,00

Lezioni a prenotazione.

La lezione viene scalata dall'abbonamento o addebitata al momento della prenotazione. L'eventuale disdetta è accettata fino alle ore 20 del giorno precedente alla lezione.

Benessere psicofisico in gravidanza (future mamme)

lunedì	13:00 - 13:45		
martedì	14:00 - 14:45		
mercoledì	11:00 - 11:45		
giovedì			
venerdì	11:15 - 12:00		
sabato	11:30 - 12:15		

Tariffe:

6 lezioni	€ 63,00
12 lezioni	€ 114,00 (2 recuperi)

DAL 4 SETTEMBRE AL 20 LUGLIO

**Attività Ginnico-Motorie Acquatiche
Fitness e Grandi Attrezzi**

orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09:00-09:45						Acquagym A
09:10-09:55		Acquagym A			Acquagym A	
10:10-10:55		Acquagym B			Acquagym A	
11:00-11:45						
13:00-13:45	Acquagym B	Acquagym B	Acqua Circuit B	Acquagym B		
18:30-19:15	Acquagym A	Acquatrainig B		Acquagym B	Acquatrainig B	
19:15-20:00	Acquagym B	Acqua Circuit B		Acquabike B	Acquabike B	
20:00-20:45	Acquabike B					

A = acqua alta**B = acqua bassa****Tariffe Open Fitness** frequenza libera senza vincoli di giorni e orari

8 lezioni	€ 80,00 (da utilizzare entro 2 mesi)	Over 65 € 68,00
16 lezioni	€ 145,00 (da utilizzare entro 3 mesi)	Over 65 € 125,00
24 lezioni	€ 205,00 (da utilizzare entro 3 mesi)	Over 65 € 178,00
11 ingressi OPEN	€ 120,00 (validità 6 mesi)	
lezione singola	€ 12,00	

Info e iscrizioni segreteria

La segreteria è a disposizione per informazioni, abbonamenti, rinnovi e prenotazioni nei seguenti giorni e orari:

- Lunedì dalle 11:30 alle 20:00
- Martedì dalle 09:00 alle 20:00
- Mercoledì dalle 12:00 alle 20:00
- Giovedì dalle 11:30 alle 20:00
- Venerdì dalle 09:00 alle 20:00
- Sabato dalle 09:00 alle 16:00

È possibile iscriversi in qualsiasi momento della stagione

- Salta le code in segreteria e prenota il tuo appuntamento attraverso il link: <https://www.toswim.io/it/piscine/> 
(applicazione gratuita previa registrazione).

Info iscrizioni

Che cosa serve per iniziare i nostri corsi:

- certificato medico che attesti l'idoneità allo svolgimento di attività sportiva non agonistica a partire dal 6° anno di età
- versamento della quota di iscrizione annuale di € 40,00.
- per gli accompagnatori dei baby l'iscrizione è di € 10,00 per ogni adulto accompagnatore.
- per migliorare i tempi di iscrizione è importante presentare la tessera sanitaria.
- l'accesso allo spogliatoio è consentito 10' prima dell'inizio della lezione.
- i bambini possono essere accompagnati all'interno dello spogliatoio fino all'età di 7 anni.

Recuperi

L'abbonamento con recupero consente di recuperare le eventuali lezioni perse in coda al pacchetto appena terminato, mantenendo lo stesso giorno e orario. Per usufruire dei recuperi sarà necessario passare in segreteria per farli caricare sulla tessera entro l'ultima lezione del pacchetto. Non sarà garantita la possibilità di usufruire dei recuperi e di mantenere il posto nel corso dopo la scadenza dell'abbonamento.

Rinnovi

Per avere garanzia del posto all'interno del corso, il rinnovo dell'abbonamento dovrà essere effettuato entro l'ultima lezione del pacchetto (indipendentemente dal recupero).

Sospensioni

Ogni abbonamento potrà essere sospeso per malattia, presentando un certificato medico una ed una sola volta per una durata minima di giorni 15, previa comunicazione in segreteria (la sospensione inizia dalla data in cui viene richiesta). L'eventuale sospensione non dà diritto al mantenimento del posto ma al solo recupero delle lezioni perse, comunque entro il 11 giugno 2024.

Lezioni di prova

È possibile effettuare una sola lezione di prova delle attività proposte, il costo è di € 12,00 (€ 30,00 per lezioni individuali), che potranno essere scontati dall'abbonamento (in tal caso l'inizio dell'abbonamento sarà la data della prova) se l'iscrizione avvenisse entro la settimana successiva alla prova.

Tessera elettronica, docce e asciugacapelli

La tessera elettronica è in omaggio con la prima iscrizione annuale e resta di proprietà dell'iscritto. A cosa serve la tessera?

- costituisce il titolo di accesso alla struttura negli orari del proprio abbonamento
- permette l'uso dell'asciugacapelli e delle docce che funzionano a gettoni elettronici da € 0,25.
- in caso di smarrimento o furto o distruzione è possibile richiedere una tessera sostitutiva al costo di € 10,00.
- gli eventuali crediti residui, non possono essere recuperati o restituiti.

Giornate di Chiusura programmate 2023-2024

Le seguenti giornate sono già escluse dai conteggi delle lezioni acquistate

- 1 novembre 2023
- 8-9-10 dicembre 2023
- dal 23 dicembre 2023 al 7 gennaio 2024 compresi
- dal 29 marzo al 1 aprile 2024 compresi
- 25 aprile 2024
- 1 maggio 2024.

Tutti i corsi e gli orari nella stagione estiva subiranno variazioni.

www.rarinantestorino.com

seguici su     

 

Centro Porsche Torino
Erre Esse S.p.A. - Concessionari Porsche







Sponsor

Technical Sponsor

Energy partner