



# Stagione 2019-2020 Piscina A. Bendini

**RARI NANTES TORINO**  
**SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA**

Piazza Che Guevara, 13 - 10093 Collegno

[collegno@rarinantestorino.com](mailto:collegno@rarinantestorino.com)

[collegno.rarinantestorino.com](http://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 19-36 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 e 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 € 40,00  
 10 lezioni € 68,00 / € 71,00 (1 recupero)  
 15 lezioni € 100,00 / € 106,00 (2 recuperi)  
 Stagionale € 217,00 (09/09/19 - 30/05/20)

##### 2 volte alla settimana

10 lezioni € 68,00 / € 71,00 (1 recupero)  
 15 lezioni € 100,00 / € 106,00 (2 recuperi)  
 20 lezioni € 126,00 / € 135,00 (3 recuperi)  
 Stagionale € 370,00 (09/09/19 - 30/05/20)

## 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 € 36,00  
 10 lezioni € 66,00 / € 69,00 (1 recupero)  
 15 lezioni € 96,00 / € 102,00 (2 recuperi)  
 Stagionale € 207,00 (09/09/19 - 30/05/20)

##### 2 volte alla settimana

10 lezioni € 66,00 / € 69,00 (1 recupero)  
 15 lezioni € 96,00 / € 102,00 (2 recuperi)  
 20 lezioni € 119,00 / € 128,00 (3 recuperi)  
 Stagionale € 360,00 (09/09/19 - 30/05/20)

**Scuola Nuoto Avanzata** (con prova di ammissione)**Corsi di avviamento 8-11 anni**

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Nuoto+	18:10 - 19:00		16:50 - 17:40	18:10 - 19:00		
Sincronizzato	18:10 - 19:00		17:30 - 18:20 *	18:10 - 19:00		14:00 - 15:30
Pallanuoto	18:10 - 19:00	18:10 - 19:00		18:10 - 19:00	18:10 - 19:00	

\* Gruppo Principianti

**Tariffe:**

Stagionale 1v/sett € 250,00 (09/09/19 - 30/05/20)

Stagionale 2vv/sett € 420,00 (09/09/19 - 30/05/20)

**Pagamento trimestrale (entro 1° ottobre - 1° dicembre - 1° marzo)**

1v/sett € 90,00

2vv/sett € 155,00

**Corsi evoluti da 11 anni (gruppi agonistici)**

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
Salvamento	15:30 - 17:00		15:50 - 17:40		15:30 - 17:00	
Sincronizzato	15:30 - 16:40			15:30 - 16:40		14:00 - 15:30
Pallanuoto		15:30 - 16:40	15:30 - 16:40		15:30 - 16:40	

**Tariffe:**

Stagionale 1v/sett € 270,00 (09/09/19 - 30/05/20)

Stagionale 2vv/sett € 410,00 (09/09/19 - 30/05/20)

Stagionale 3vv/sett € 480,00 (09/09/19 - 30/05/20)

**Pagamento trimestrale (entro 1° ottobre - 1° dicembre - 1° marzo)**

1v/sett € 100,00

2vv/sett € 160,00

3vv/sett € 190,00

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					19:50 - 20:40
martedì	09:00 - 09:50**	09:50 - 10:40*	13:00 - 13:50	18:10 - 19:00***	19:00 - 19:50
mercoledì				18:10 - 19:00**	19:00 - 19:50
giovedì			13:00 - 13:50		19:00 - 19:50
venerdì	09:00 - 09:50**	09:50 - 10:40*		18:10 - 19:00***	19:00 - 19:50

\* solo principianti

\*\* no principianti

\*\*\* Under 18

**NOVITÀ 2019-2020**

### 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)

## Scuola nuoto Adulti Open

Solo per livelli di perfezionamento ed avanzati, con frequenza settimanale flessibile 1 o 2 volte a settimana.

lunedì	19:00 - 19:50			
martedì	19:50 - 20:40			
mercoledì				
giovedì	19:00 - 19:50			
venerdì	19:50 - 20:40			

### Tariffe:

Trimestrale 1v/sett	€ 90,00
Trimestrale 2vv/sett	€ 170,00
Mensile 1v/sett	€ 36,00
Mensile 2vv/sett	€ 65,00

## Lezioni individuali di nuoto

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

### Tariffe:

10 lezioni private individuali	€ 210,00 (da utilizzare entro 12 settimane)
5 lezioni private individuali	€ 110,00 (da utilizzare entro 8 settimane)
Lezioni private individuali singole	€ 25,00

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.

## Attività ginnico motorie acquatiche dai 14 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			AcquaInterval	
09:50-10:35		AcquaFluid			AcquaFluid	
13:00-13:45	AcquaGym				AcquaCross	
15:00-15:45				GymWaterPilates		
19:10-19:55		AcquaCross		AcquaGym		
19:40-20:25	AcquaGym					

### Tariffe:

Lezione singola € 11,00

#### 1 volta alla settimana

5 lezioni € 43,00

10 lezioni € 80,00 / € 84,00 (1 recupero)

15 lezioni € 111,00 / € 119,00 (2 recuperi)

Stagionale € 227,00 (09/09/19 - 30/05/20)

#### 2 volte alla settimana

10 lezioni € 80,00 / € 84,00 (1 recupero)

15 lezioni € 111,00 / € 119,00 (2 recuperi)

20 lezioni € 139,00 / € 150,00 (3 recuperi)

Stagionale € 390,00 (09/09/19 - 30/05/20)

## Fitness in acqua con grandi attrezzi

orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
13:00-13:45			AcquaCircuit			
18:15-19:00			CrossCircuit			
18:40-19:25					AcquaCircuit	
18:50-19:35	AcquaCircuit					
19:10-19:55			CrossCircuit			

### Tariffe:

Lezione singola € 12,00

#### 1 volta alla settimana

5 lezioni € 46,00

10 lezioni € 84,00 / € 88,00 (1 recupero)

15 lezioni € 116,00 / € 124,00 (2 recuperi)

Stagionale € 245,00 (09/09/19 - 30/05/20)

#### 2 volte alla settimana

10 lezioni € 84,00 / € 88,00 (1 recupero)

15 lezioni € 116,00 / € 124,00 (2 recuperi)

20 lezioni € 145,00 / € 156,00 (3 recuperi)

Stagionale € 415,00 (09/09/19 - 30/05/20)

### Abbonamenti Open (validi per tutte le attività di Fitness in Acqua)

OPEN 10 ingressi € 100,00

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.

## Interval Flow **NOVITÀ 2019-2020**

1 lezione al mese – 2 istruttori – 70 minuti di "lavoro"

Le lezioni si terranno la prima settimana di ogni mese: data ed orario di ogni lezione verranno comunicati la lezione precedente. Prenotazione obbligatoria: l'eventuale disdetta è accettata fino alle ore 20 del giorno precedente alla lezione.

### Tariffe:

lezione singola € 15,00

**Fitness in Palestra dai 14 anni**

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
13:00-13:45		Gym Pilates				
19:10-19:55	Gym Pilates			Gym Pilates		
19:50-20:35			Gym Pilates Flow			
20:10-20:55	Gym Pilates			Gym Pilates		

**Tariffe:**

Lezione singola € 10,00

**1 volta alla settimana**

5 lezioni € 36,00

10 lezioni € 64,00 / € 67,00 (1 recupero)

15 lezioni € 85,00 / € 91,00 (2 recuperi)

**2 volte alla settimana**

10 lezioni € 64,00 / € 67,00 (1 recupero)

15 lezioni € 85,00 / € 91,00 (2 recuperi)

20 lezioni € 108,00 / € 116,00 (3 recuperi)

**Idrochinesi e Ginnastica Correttiva**

Lezioni private ed individuali, con orari concordati direttamente con l'istruttore.

**Tariffe:**

lezione singola € 30,00

5 lezioni € 130,00 (da utilizzare entro 8 settimane)

11 lezioni € 250,00 (da utilizzare entro 12 settimane)

**Future Mamme**

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

**Tariffe:**

5 lezioni € 50,00

10 lezioni € 90,00

## Nuoto Libero

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

Lunedì		12:00 - 16:00	19:00 - 21:50	
Martedì	08:30 - 15:30		19:00 - 21:50	
Mercoledì		12:30 - 15:30	19:00 - 21:50	
Giovedì		12:30 - 16:00	19:00 - 21:50	
Venerdì	08:30 - 15:30		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	€ 330,00 (09/09/19 - 31/05/20)
Abbonamento trimestrale	€ 135,00

## Swim Training

Master, Triathlon e Nuoto Evoluto – allenamento specifico.

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

Nuoto	Lun - Mer - Ven	19:30 - 21:00
Core Stability	Mer	19:00 - 19:30

### Tariffe:

Stagionale (solo Nuoto)	€ 390,00 (09/09/19 - 31/05/20)
Stagionale plus (Nuoto + Core Stability)	€ 480,00 (09/09/19 - 31/05/20)

pagamento suddiviso in 3 rate (entro 1° ottobre – 1° dicembre – 1° marzo)

Mensile	€ 65,00
---------	---------

- 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
- All'atto dell'iscrizione è necessario un **certificato medico**, in originale, che attesti **l'idoneità all'attività sportiva non agonistica**
- **Le lezioni si intendono consecutive**: il rinnovo va effettuato entro la scadenza del pacchetto di lezioni acquistate. **I recuperi devono essere concordati con la segreteria**
- 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 termine della stagione 2019-2020. La successiva ripresa delle lezioni deve essere concordata con la segreteria. La sospensione avrà inizio dalla data in cui verrà richiesta
- Gli utenti possono accedere agli spogliatoi non prima di 10 minuti dall'inizio del turno frequentato e devono liberare gli stessi entro 30 minuti dal termine del turno

#### 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

#### Giornate di Chiusura programmate 2019-2020

Le seguenti giornate sono già escluse dai conteggi delle lezioni acquistate

- 1° Novembre: da venerdì 01 a domenica 03 novembre '19 compresi
- 8 Dicembre: domenica 08 dicembre '19
- Natale: da domenica 22 dicembre '19 a lunedì 06 gennaio '20 compresi
- Pasqua: da venerdì 10 a lunedì 13 aprile '20 compresi
- 25 aprile: sabato 25 e domenica 26 aprile '20
- 1° maggio: da venerdì 01 a domenica 03 maggio '20
- Chiusura della stagione sportiva: domenica 31 maggio '20

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

seguici su



Casalgrasso e Sant'Albano Stura



Sponsor



Technical Sponsor



Energy partner