



Associazione Sportiva Dilettantistica

## **PISCINA ALAMBICCO**

Alambicco è lieto di ospitarvi presso la propria sede, mettendo a disposizione la piccola piscina di dimensioni 10,80 metri per 5,40, profondità 110 e 130 cm, riscaldata a 32°.

L'impianto è stato creato per offrire l'opportunità a tutte le persone con disabilità, che frequentano i Centri Diurni Alambicco, di trarre benessere e beneficio dall'acqua, superando le difficoltà d'accesso alle piscine – pubbliche e private – che inevitabilmente a noi si presentavano, con la garanzia del filtraggio completo dell'acqua della vasca ogni ora e mezza e una maggiore sicurezza rispetto all'igiene della piscina.

*Questo impianto è un bene prezioso,  
che vogliamo condividere anche con voi ...*

**abbiate cura e rispetto!**

## **ATTIVITA' DI ACQUATICITA'**

*Pensato per i più piccoli, è un'opportunità per avvicinarsi all'ambiente acquatico con l'aiuto dei propri accompagnatori, immergendosi in un'atmosfera di musica e gioco.*

| LEZIONI | ORARI* | ETA'                                    |
|---------|--------|---|
| SABATO  | 16:50  | <u>NEONATI</u><br>dai 4 mesi ai 18 mesi |
| SABATO  | 17:30  | <u>BIMBI</u><br>dai 18 mesi ai 36 mesi  |

\*N.B.: Tutte le attività hanno durata di 40 minuti

**E' OBBLIGATORIO l'uso degli appositi pannolini contenitivi per piscina.**

# ATTIVITA' DI NUOTO BIMBI

L'obiettivo è di insegnare ai bambini le tecniche del nuoto attraverso il gioco e il divertimento, in un ambiente familiare e caloroso.

| LEZIONI   | ORARI   |       |       |
|-----------|---|-------|-------|
|           | (tutte le attività hanno durata di 40 minuti) |       |       |
| LUNEDÌ    | 16:20   | 17:00 | 17:40 |
| MARTEDÌ   | 16:20   | 17:00 | 17:40 |
| MERCOLEDÌ | 16:20   | 17:00 | 17:40 |
|           | 18:20   |       |       |
| GIOVEDÌ   | 16:20   | 17:00 | 17:40 |
| VENERDÌ   | 16:20   | 17:00 | 17:40 |
|           | 18:20   |       |       |
| SABATO    | 10:00   | 10:40 | 11:20 |
|           | 14:50   | 15:30 | 16:10 |

**INOLTRE PER I BAMBINI...**

## **BREVETTI NUOTO BIMBI**

Si ritiene opportuno assegnare i brevetti ai bambini che hanno mantenuto una certa continuità durante l'anno per valorizzare il loro impegno e costanza all'attività.

In alcuni casi particolari è l'insegnante che valuta se dare o meno il brevetto.

Il brevetto viene rilasciato una volta all'anno, mentre i "cambi vasca" possono verificarsi più volte in un anno a seconda delle capacità tecniche dei bambini con accordo istruttore – segreteria – genitori.

Si valuta non solo l'età del bambino, ma anche le sue esigenze (da solo o in gruppo).

L'istruttore può "integrare bambini" o indirizzarli a "lezioni individuali" per migliorare l'aspetto non solo tecnico, ma educativo e socializzante con accordo istruttore – segreteria – genitori.

# ATTIVITA' DI NUOTO ADULTI

Per tutti coloro che vogliono mettersi alla prova ed imparare a nuotare o vogliono approfondire e migliorare il proprio stile, in tutta calma e tranquillità!

## **APERTO A TUTTE LE ETA'!**

| <b>LEZIONI</b>    | <b>ORARI</b><br>(tutte le attività hanno durata di 45 minuti) |
|-------------------|---|
| <b>MARTEDI'</b>   | 20:45   |
| <b>MERCOLEDI'</b> | 19:00   |
| <b>GIOVEDI'</b>   | 20:45   |
| <b>SABATO</b>     | 08:30   |

# ATTIVITA' DI ACQUAGYM

Per sfogare lo stress della giornata a suon di musica, divertimento e tanto movimento!

| <b>LEZIONI</b>  | <b>ORARI</b><br>(tutte le attività hanno durata di 45 minuti) |       |       |
|-----------------|---|-------|-------|
| <b>MARTEDI'</b> | 18.30   | 19.15 | 20.00 |
| <b>GIOVEDI'</b> | 18.30   | 19.15 | 20.00 |
| <b>SABATO</b>   | 09:15   |       |       |

## **Per frequentare le attività sono OBBLIGATORI:**

**-CERTIFICATO MEDICO**

(idoneità attività sportiva **NON AGONISTICA**)

**-CUFFIA**

**-CIABATTE PULITE** da utilizzare solo per la piscina

(anche per i genitori che entrano in spogliatoio)

## **ALAMBICCO SPORT ASD**

Via Palù, 63- 35026 Conselve (PD)

Tel. 329-05.44.588

alambiccosport.asd@alice.it