LA TUA SCUOLA DI NUOTO FEDERALE A PAVIA

La nostra **Scuola Nuoto Federale** SPORT DREAM SSD imposta un percorso che accompagna dalla culla ai blocchi di partenza. Sin dal corso per gestanti e a partire dal quarto mese di vita si garantisce l'esperienza natatoria più entusiasmante per l'individuo. Dai 15 ai 48 mesi, accompagnato dai genitori in vasca, la prima attività in acqua (costantemente sopra i 32°C) consente al piccolo di ambientarsi e prendere confidenza con l'acqua amica. Il percorso, poi, viene personalizzato in base alle inclinazioni del piccolo atleta, sempre assistito da istruttori qualificati F.I.N.

La nostra **Scuola Nuoto** è dedicata sia a coloro che intendono affinare il proprio stile natatorio, sia a coloro che intendono il nuoto come attività fisica volta al proprio benessere.

CAMPUS AQUAE

STRADA CASCINAZZA, 29 - PAVIA

TEL. 0382.38361 | RECEPTION@CAMPUSAQUAE.IT

WWW.CAMPUSAQUAE.IT

SPORT DREAM srl SSD - Largo Verdi, 19 - 20082 Binasco (MI) - Tel. 0382.383622 - P.IVA 02567680182 - Campus Aquae è un marchio in concessione a SPORT DREAM SSDRL con obbligo d'uso

10 2020 campus aquae pavia

FIN ScuolaNuoto FEDERALE

SCUOLA NUOTO

SPORT DREAM SSD

2020 | 2021

BEBÈ, PILOTA SUPERPILOTA

SCOLARE

PRESCOLARE

MIX SWIM

ADULTI

PERFEZIONAMENTO

Descrizione, orario e calendario corsi

Bebè (4-15 mesi) / Pilota (15-48 mesi)

Accompagnato dal genitore, sotto la guida esperta dell'istruttore, il bambino intraprenderà un percorso di crescita psichica, fisica e motoria, che le peculiarità dell'elemento acqua renderanno più profonda e interiorizzata, garantendo a entrambi un momento di benessere e armonia.

corso su prenotazione — 30'

mer	11.00	11.30	NEW 18.00 Bebè	18.30 Pilota			
sab	9.30	10.00	10.30	11.00	16.30	17.00	
dom	9.30	10.00	10.30	11.00			

Super Pilota*

corso quadrimestrale — 40'

sab	11.30	12.15
dom	11.30 NEW	

Prescolare* (3-4-5 anni)

A 3 anni può aver inizio l'esperienza natatoria, in gruppi a numero ridotto selezionati per età e livello. Parola d'ordine: ambientamento ed acquaticità. Attraverso il gioco mirato e organizzato, i bimbi impareranno a vivere l'acqua con grande piacere e massima naturalezza. Raggiunto questo obiettivo, oltre alla bellissima esperienza vissuta, imparare i quattro stili sarà semplice e veloce.

corso quadrimestrale — 40'

Monosettimanale (13 lezioni + 2 recuperi)	lun-mar-mer-gio-ven	16.30	17.15	18.00			
	sab	9.15	10.00	10.45	11.30	15.00	15.45
	dom	10.00	10.45	11.30			
Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun-gio	16.30	17.15	18.00			
	mar-ven	16.30	17.15	18.00			

Scolare* (6-13 anni)

A partire dai 6 anni, dalle prime esperienze di ambientamento, all'acquaticità, all'apprendimento dei quattro stili, sino al perfezionamento tecnico. Pesci Palla, Delfini, Pesci Spada, Squali Tigre, quattro diversi livelli caratterizzati da una crescita progressiva e mirata a fare dei nostri ragazzi degli abili nuotatori e...perché no...dei veri atleti.

corso quadrimestrale — 40'

Monosettimanale (13 lezioni + 2 recuperi)	mar-mer-ven	16.15	17.00	17.45			
	sab	9.30	10.15	11.00	11.45	12.30	15.00	15.45
	dom (1 livello per orario)	10.15 pesce palla	11.00 delfino	11.45 pesce spada	12.30 squalo tigre		
Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun-gio	16.15	17.00	17.45			
	mar-ven	16.15	17.00	17.45			

Mix Swim (12-16 anni)

A partire dai 12 anni, si tratta di un corso rivolto a ragazzi già in possesso di buone capacità natatorie e con la voglia di provare nuove esperienze, variando il lavoro di volta in volta. Perfezionamento dei quattro stili, pallanuoto, nuoto di salvamento, subacquea, zero noia.

corso quadrimestrale — 40'

Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun-gio	17.45	18.30

Corso Pallanuoto (12-16 anni)

La pallanuoto è ideale per tutti i ragazzi che amando l'acqua desiderano uno sport di squadra veloce e "fisico". Forza, determinazione, velocità, visione periferica, grandi riflessi e capacità di resistenza, unite a doti tecniche ad alta valenza coordinativa sono le caratteristiche a cui il pallanuotista dovrà ricorrere per affrontare le partite e i tornei cui parteciperà.

corso quadrimestrale — 40'

Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun-gio	19.15

Adulti* (da 14 anni)

Differenti livelli in cui riconoscersi ed inserirsi, con l'obiettivo di accrescere le abilità natatorie godendosi il percorso. Che si cominci da zero o che l'obiettivo sia il perfezionamento, l'allenamento o semplicemente un momento per prendersi cura di sé: a voi il gruppo giusto a misura di ogni esigenza.

corso quadrimestrale — 40'

Monosettimanale (13 lezioni + 2 recuperi)	mar-ven	18.30	19.15	20.00	
	sab- dom	9.30			
Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun-gio	18.30	19.15	20.00	20.45
	mar-ven	18.30	19.15	20.00	

Adulti* Principianti (da 14 anni)

corso quadrimestrale — 40'

Monosettimanale (13 lezioni + 2 recuperi)	lun- gio	18.30 in acqua alta
	mar - ven	20.00 in acqua alta
Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	mer	18.30 in acqua bassa NEW
	sab - dom	9.30 in acqua bassa

Perfezionamento sulla tecnica del nuoto (da 14 anni)

corso quadrimestrale

Bisettimanale (26 lezioni + 4 recuperi)	lun	21.00	90'
	mer	20.30	90'

Calendario stagionale PRESCOLARE, SCOLARE e ADULTI

1° quadrimestre | dal 28settembre 2020

Bisettimanale: 30 lezioni totali (26 corso + 4 recupero) | **Monosettimanale:** 15 lezioni totali (13 corso + 2 recupero)

Prove Scuola Nuoto · Giorni di lezione · Sospensione festività · Settimana di recupero

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Settembre														L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	
Ottobre	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S
Novembre	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	
Dicembre	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G
Gennaio	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D

2° quadrimestre | dal 1 febbraio 2021

Bisettimanale: 30 lezioni totali (26 corso + 4 recupero) | **Monosettimanale: 15** lezioni totali (13 corso + 2 recupero)

Giorni di lezione · Sospensione festività · Settimana di recupero

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Febbraio	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D			
Marzo	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M
Aprile	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	
Maggio	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	

Corsi Estivi | dal 31 maggio 2021

Bisettimanale: 12 lezioni totali (10 corso + 2 recupero) | **Monosettimanale: 6** lezioni totali (5 corso + 1 recupero)

Giorni di lezione · Sospensione festività · Settimana di recupero

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Maggio																															L
Giugno	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	M	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	
Luglio	G	V	S	D			M																								

*I corsi verranno attivati con un numero minimo di 4 iscritti