

A.S.D. GYMNIC CLUB NUOTO

Via Delle Tagliate 61 - S.DONATO – LUCCA

www.piscinagymnic.it

TEL. 0583-584800

Email: info@piscinagymnic.it

ORARI & TARIFFE 2020/2021 - PROPAGANDA

Esordienti B (fem 2011/12 – mas 2010/11)

GIORNI E ORARI:

- Mar. - Ven. 17:00 (17:00 > 18:00)
- Mer. 17:00 (17:00 > 18:00)

INIZIO STAGIONE MARTEDI' 15 SETTEMBRE 2020

Esordienti A1 (fem 2010 – mas 2009) A2 (fem 2009 - mas 2008)

GIORNI E ORARI:

- Mar. – Ven. 18:00 (18:00 > 19:00)
- Mer. 17:00 (Esord. A1: 17:00 > 18:00) Mer. 18:00 (Esord. A2 18:00 > 19:00)

INIZIO STAGIONE MARTEDI' 15 SETTEMBRE 2020

Categoria Rag. 1 (mas 2007 – fem 2008) - Categoria (fascia 2002/2006)

GIORNI E ORARI:

- Piscina ... Mar. – Ven. 14:30 (14:30 > 16:00)
- Piscina ... Mer. 18:00 (cat. Rag.1 18:00 > 19:00)
- Palestra ... Mer. 17:30 (Jun.17:30 > 18:30) Mer. 18:30 (Ass. 18:30 > 19:30)

INIZIO STAGIONE MARTEDI' 15 SETTEMBRE 2020

TARIFFE Esordienti: (fino al 31/12/20)

1 Seduta palestra e/o piscina € 12

ABB. MENSILE € 100

ABB. BIMESTRALE € 165

TARIFFE Categoria: (fino al 31/12/20)

1 Seduta palestra e/o piscina € 12

ABB. MENSILE € 110

ABB. BIMESTRALE € 180

Richiesto > Certificato medico Agonistico

QUOTA ASSOCIATIVA € 30

Importante: per la prima parte della stagione sportiva in oggetto (**Settembre / Dicembre compresi**) **NON** sono previste forme di abbonamento superiori al BIMESTRALE (2 mesi), inoltre gli abbonamenti **NON** potranno essere **sospesi**, la data di scadenza sarà prefissata all'iscrizione e non potrà subire modifiche o essere prolungata salvo chiusura della piscina per manutenzione ; Festività ; ALTRO ...

- **KIT BASE comprende:** n°1 cuffia gara - n°1 T-shirt gara che verrà consegnato alla prima gara in programma
- **EXTRA** (a pagamento): Borsa - Accappatoio - Tuta - Pantaloncino -Telo - Costume

La direzione si riserva il diritto di cambiare gli orari in base alle esigenze contingenti

VADEMECUM REGOLAMENTO INTERNO

1. NEGLI SPOGLIATOI RISPETTARE LE SEGUENTI REGOLE:

- PER POTER UTILIZZARE GLI ARMADIETTI E' NECESSARIO MUNIRSI DI UNA MONETA DA 1€ , QUESTA SERVE DA CAUZIONE PER POTERLI CHIUDERE.
- IN CASO DI SMARRIMENTO CHIAVE VERRA' RICHiesto UN RIMBORSO PARI A 10€ .
- LE PANCHE E GLI ATTACCAPANNI PRESENTI VANNO UTILIZZATI SOLO PER IL TEMPO NECESSARIO A SPOGLIARSI E RIVESTIRSI; PER TUTTA LA DURATA DELLA VOSTRA PERMANENZA DEVONO ESSERE LASCIATI LIBERI.

2. SUL PIANO VASCA E NEI SERVIZI :

- E' SEVERAMENTE VIETATO ACCEDERVI CON LE SCARPE!
- ENTRARE SUL PIANO VASCA MUNITI DI TUTTO IL NECESSARIO PER IL CORSO O IL NUOTO LIBERO .
- RISPETTARE I PASSAGGI OBBLIGATI : PASSARE DALLA VASCHETTA "NETTA-PIEDI", FARE LA DOCCIA PRIMA DI ENTRARE IN ACQUA (nelle apposite docce comuni sul Piano Vasca).
- FINITO IL CORSO O LA SEDUTA DI ALLENAMENTO USCIRE DAL PIANO VASCA SEGUENDO IL PERCORSO PRESTABILITO, PASSANDO SUBITO NEI SERVIZI PER FARE LA DOCCIA E ASCIUGARSI , DOPO DI CHE SI PUO' PASSARE NEGLI SPOGLIATOI.

E' SEVERAMENTE VIETATO ENTRARE NEGLI SPOGLIATOI BAGNATI !!!

3. VIETATO MANGIARE ... IN TUTTI I LOCALI DELLA PISCINA !!!

4. DURANTE IL CORSO SOLO I GENITORI DEI BIMBI APPARTENENTI AL CORSO MICRO POSSONO SOSTARE SUL PIANO VASCA.

5. EVENTUALI COLLOQUI CON L' ISTRUTTORE NON POSSONO AVVENIRE DURANTE LO SVOLGIMENTO DEL CORSO.

N.B. PER ULTERIORI INFORMAZIONI E CHIARIMENTI RIVOLGERSI IN SEGRETERIA, OPPURE POTETE CONSULTARE DIRETTAMENTE IL REGOLAMENTO INTERNO AFFISSO ALLA BACHECA DELLA RECEPTION.

VEDI INTEGRAZIONE REGOLAMENTO PREVENZIONE COVID-19 A DISPOSIZIONE ALLA RECEPTION E COMUNQUE BEN VISIBILE SUI CARTELLI ESPOSTI NEI LOCALI E NEI PERCORSI

GRAZIE DELLA COLLABORAZIONE