

GYMNIC CLUB NUOTO

Via Delle Tagliate 61 - S. Donato - LUCCA

WWW.PISCINAGYMNIC.IT

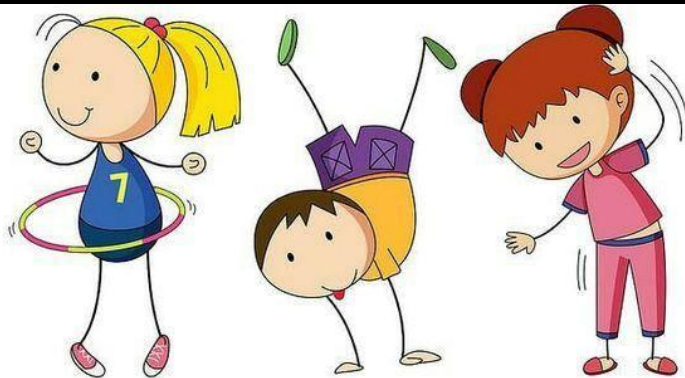
- info@piscinagymnic.it

- Tel. 0583 584800

STAGIONE 2025/26

PALESTRA BAMBINI

BABY - JUNIOR SINCRO:
ATTIVITA' MOTORIA BASE PER BAMBINI E BAMBINE



BABY SINCRO 2019-2020

MARTEDI' 16:30

STRUTTURA DEL CORSO

Attività ludico/motoria, che alterna **giochi ed esercizi di destrezza**, equilibrio, coordinazione, mobilità: CAPRIOLE, SALTI, RUOTE, PERCORSI ECC..

migliorando la coordinazione, gli schemi motori di base e le regole del gioco.

Al lavoro fisico affianchiamo un percorso di **ascolto musicale** in cui si intrecciano **ritmo e movimento**.

JUNIOR SINCRO 2017-2018

GIOVEDI' 16:45

STRUTTURA DEL CORSO

Attività motoria, che alterna **giochi ed esercizi di destrezza**, equilibrio, coordinazione, mobilità: CAPRIOLE, SALTI, RUOTE, PERCORSI ECC..

aumentando la forza, migliorando la flessibilità e la coordinazione.

Al lavoro fisico affianchiamo un percorso di ascolto musicale in cui si intrecciano ritmo e movimento.

Il corso viene fatto 1 giorno a settimana

1° CICLO 7 OTTOBRE - 16 DICEMBRE 2025 (CORSO MARTEDI')

1° CICLO 2 OTTOBRE - 18 DICEMBRE 2025 (CORSO GIOVEDI')

La Direzione si riserva il diritto a modificare giorni, orari e tariffe in base a esigenze contingenti

VADEMECUM REGOLAMENTO INTERNO

1. IL GENITORE O ACCOMPAGNATORE BAMBINI CORSO BABY - JUNIOR SINCRO

DURANTE LA LEZIONE DEVE SOSTARE ALL'ESTERNO DELLA PALESTRA

2. IN PALESTRA:

E' SEVERAMENTE VIETATO ACCEDERVI CON LE SCARPE!

3. VIETATO MANGIARE:

NELLA RECEPTION, NEGLI SPOGLIATOI, NEI SERVIZI, IN PALESTRA

4. 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.

GRAZIE DELLA COLLABORAZIONE