

ACQUAEROBICA

4 CORSI DI 2 MESI

1° CORSO: DAL	26 SETT.	AL 18 NOV.
2° CORSO: DAL	21 NOV.	AL 27 GEN.
3° CORSO: DAL	30 GEN.	AL 23 MARZO
4° CORSO: DAL	26 MARZO	AL 25 MAG.

ACQUAJOGGER

Vasca da 50 mt.

ORARI SETTIMANALI

LUNEDI	- GIOVEDI	:	18.00 /19.00
MARTEDI	- GIOVEDI	:	10.00 /11.00
MARTEDI	- GIOVEDI	:	16.00 / 17.00

I CORSI SARANNO SVOLTI
DA ISTRUTTRICI



AGEVOLAZIONI

sconto ai fratelli
ai Soci Cral e Dipendenti pubblici



SCONTO

Adriatica a tutti i soci Coop e familiari



Iscrizioni e informazioni:

C.S.I. NUOTO RAVENNA

Ravenna - Via Guidarelli, 7
(adiacente parcheggio Robur)
Tel. 0544.35730 - www.csiravenna.it

IL LUNEDI E IL VENERDI (10,00 - 13,00)

infoline: Prof. Vandini Bruno 328/8791151
Prof. Randi Tino 339/5912471

APERTURA SEGRETERIA: 2 SETTEMBRE 2011

tip.artestampa



NUOTO

corsi per bimbi e adulti:

AVVIAMENTO AI 4 STILI
PERFEZIONAMENTO - AGONISMO
PARTECIPAZIONE CAMPIONATI
REGIONALI E NAZIONALI
F.I.N. e C.S.I.

ACQUAEROBICA

presso la

PISCINA OLIMPIONICA COMUNALE

di RAVENNA



Iscrizioni e informazioni:

C.S.I. NUOTO RAVENNA

Ravenna - Via Guidarelli, 7 (adiacente parcheggio Robur)
Tel. 0544.35730 - www.csiravenna.it

IL LUNEDI E IL VENERDI (10,00 - 13,00)

infoline: Prof. Vandini Bruno 328/8791151
Prof. Randi Tino 339/5912471

APERTURA SEGRETERIA: 2 SETTEMBRE 2011

ADULTI

CORSI POMERIDIANI E SERALI

4 CORSI DI 2 MESI

2 LEZIONI SETTIMANALI - SECONDO I TURNI:

- 1° CORSO: DAL 26 SETT. AL 18 NOV.
- 2° CORSO: DAL 21 NOV. AL 27 GEN.
- 3° CORSO: DAL 30 GEN. AL 23 MARZO
- 4° CORSO: DAL 26 MARZO AL 25 MAG.

I corsi saranno svolti da istruttori e allenatori della F.I.N. (Federazione italiana nuoto) e **insegnanti di educazione fisica**

ABBINAMENTO ORARI SETTIMANALI

- LUNEDI - MERCOLEDI : 20.15 / 21.15
- LUNEDI 21 / 22 e MERCOLEDI 21.15 / 22.15
- MARTEDI - GIOVEDI : 16.00 / 17.00

OGNI LEZIONE PREVEDE

15 minuti di ginnastica prenatatoria
45 minuti di lezione in acqua.



...dai corsi all'attività agonistica...

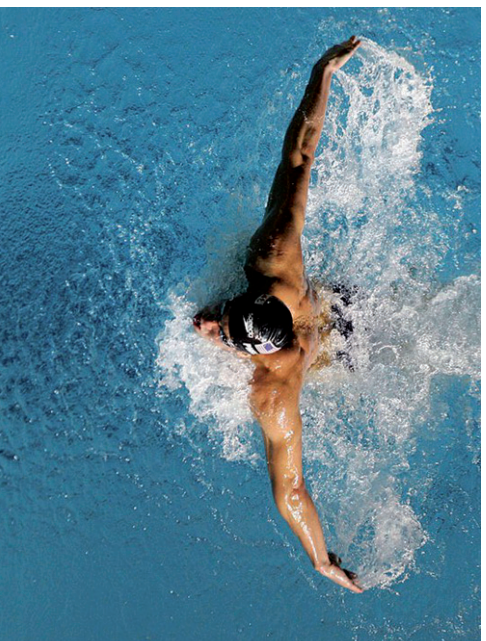
La Società **CSI NUOTO RAVENNA** intende esprimere i complimenti agli atleti che hanno ottenuto l'accesso alle finali Regionali FIN

Greta Brunelli
Antonio Casadio
Anastasia Cucca
Mattia Filippetti
Alice Naso
Arianna Sansoni

complimenti anche a

Chiara Vandini

per aver conseguito il diritto a partecipare ai Campionati Italiani Giovanili Roma 2011



BIMBI e RAGAZZI

CORSI POMERIDIANI DAI 5 AI 16 ANNI

4 CORSI DI 2 MESI

2 LEZIONI SETTIMANALI - SECONDO I TURNI:

- 1° CORSO: DAL 26 SETT. AL 18 NOV.
- 2° CORSO: DAL 21 NOV. AL 27 GEN.
- 3° CORSO: DAL 30 GEN. AL 23 MARZO
- 4° CORSO: DAL 26 MARZO AL 25 MAG.

I corsi saranno svolti da istruttori e allenatori della F.I.N. (Federazione italiana nuoto) e **insegnanti di educazione fisica**

ABBINAMENTO ORARI SETTIMANALI

- LUNEDI - MERCOLEDI : 17.00 /18.00
- MARTEDI - GIOVEDI : 16.00 /17.00
- MARTEDI - GIOVEDI : 17.30 /18.30
- MERCOLEDI - VENERDI : 18.00 /19.00

OGNI LEZIONE PREVEDE

15 minuti di ginnastica prenatatoria
45 minuti di lezione in acqua.

