

ORARI

LUN	8:00 - 16:30 e 20:10 - 21:10
MAR	8:00 - 16:30 e 20:00 - 21:00
MER	8:00 - 16:30 e 20:10 - 21:10
GIO	8:00 - 16:30 e 20:00 - 22:00
VEN	8:00 - 16:30 e 20:00 - 21:00
SAB	9:00 - 20:00
DOM	9:00 - 14:00

QUOTE

Ingresso singolo 8,50 €
5 allenamenti in 30gg 35,00€
10 allenamenti in 45gg 65,00€
20 allenamenti in 60gg 115,00€
Mensile 75,00€
Trimestre 205,00€

FITNESS

Fitness in Acqua
Mensile 55,00€
Trimestre 150,00€

Fitness di Terra
Mensile 55,00€
Trimestre 150,00€

SCUOLA NUOTO

Bisettimanale
Mensile 70,00€ / Tre Rate 195,00€

Monosettimanale
Mensile 45,00€ / Tre Rate 120,00€

SQUADRE AGONISTICHE

Bisettimanale (compreso kit sociale)
Tre Rate 200,00€
Mensile 75,00€

Trisettimanale (compreso kit sociale)
Tre Rate 230,00€
Mensile 85,00€

Nuoto per Salvamento/Nuoto Agonistica
Annuale (Esordienti) 800,00€
Annuale (Categoria) 900,00€

FULL FITNESS (Fitness Acqua & Terra)

Trimestre 180,00€
Mensile 65,00€

SCONTISTICA

2° familiare -10% 3° familiare -15%
4° familiare 1 quota piena, 3 con -15%



CENTRO SPORTIVO
LE COLLINE

Stagione
2021/2022

NUOTO
FITNESS

Via Fontanile del Piscaro, 34
FRASCATI

TEL.: 069408660

E-mail: piscina@tclecolline.it





COORDINATORE SCUOLA NUOTO Neri Cristiano

Inizio Corsi Fitness	13/09/21
Fine Corsi Fitness	30/06/21
Inizio Nuoto Controllato	01/09/21
Fine Nuoto Controllato	31/08/22
Inizio Corsi di Nuoto	13/09/21
Fine Corsi di Nuoto	15/06/22

Iscrizione stagionale **50,00 €**

SCADENZA DELLE RATE:

1a quota entro il **15 Settembre 2021**

2a quota entro il **15 Dicembre 2021**

3a quota entro il **15 Marzo 2022**

IBAN: LE COLLINE SSD AR.L

IT 03 Z 03069 39100 1000000 08480

**è obbligatorio all'atto dell'iscrizione
presentare in Segreteria il CERTIFICATO
MEDICO DI IDONEITA' SPORTIVA
NON AGONISTICA con data ECG**

CORSO BABY NUOTO

Corso Nuoto per bambini dai **6 mesi ai 3 anni**
con la presenza di un genitore in acqua.

Monosettimanale - durata 30 min

Sabato 10:30

Quota: 10 ingressi 100,00€

CORSI NUOTO BAMBINI

Lezioni bisettimanali - durata 45 min

Lunedì-Giovedì

Martedì-Venerdì

Mercoledì - Sabato

16:30 - 17:15 - 18:00

Lezioni monosettimanali - durata 45 min

Mercoledì

16:30 - 17:15 - 18:00

Sabato

9:30 - 10:15 - 11:00 - 11:45

16:30 - 17:15 - 18:00

CORSI NUOTO ADULTI

Lezioni bisettimanali - durata 45 min

Lunedì-Giovedì 10:30- 20:15

Martedì-Venerdì 10:30 - 20:00

Lezioni monosettimanali - durata 45 min

Mercoledì 10:30 - 20:15

**SQUADRE SINCRONIZZATO, NUOTO
PREAGONISTICA, PALLANUOTO 9 -
13 anni, SALVAMENTO.**

**CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITA'
SPORTIVA AGONISTICA**

NUOTO PROPAGANDA

Martedì - Venerdì 17:00 - 18:00

Sabato 12:00

NUOTO SINCRONIZZATO

Scuola Sincro

Martedì - Giovedì 17:00

Sabato 16:00

Intermedio

Martedì - Giovedì 15:00

Sabato 14:00

Avanzato

Lunedì-Mercoledì-Venerdì 15:00 - 17:00

AGONISTICA

Dal Lunedì al Venerdì 14:30 - 16:30

Sabato 8:00 - 10:00

SALVAMENTO

Dal Lunedì al Venerdì 18:45 - 20:45

Sabato 8:00 - 10:00