

# INVERNO 2010 – 2011

## corsi di nuoto per ragazzi e per adulti - ginnastica in acqua

### CORSI DI NUOTO PER ADULTI

Inizio dei corsi: 13.09.2010

Fine dei corsi: 31 maggio 2011

Responsabile per le iscrizioni

Roberto: 079 613 79 17 (ore pasti)

Piscina scolastica	Giorno	Orario
Chiasso	martedì	18:45 – 19:30
Chiasso	giovedì	18:30 – 19:30
Chiasso	giovedì	19:30 – 20:30
Chiasso	sabato	09:30 – 10:15
Chiasso	sabato	10:30 – 11:15

Minimo 5 partecipanti

### GINNASTICA IN ACQUA

Inizio dei corsi: 04 ottobre 2010

Fine dei corsi: 31 maggio 2011

Responsabile per le iscrizioni

Valeria: 079 6843911 (estero 004179 6843911)

(09.00-11.00) - (13.30 – 16.00)

Piscina scolastica	Giorno	Orario
Vacallo	lunedì	09:00 – 09:45
Vacallo	lunedì	18:30 – 19:15
Vacallo	lunedì	19:30 – 20:15
Vacallo	martedì	18:30 – 19:15
Vacallo	martedì	19:30 – 20:15
Vacallo	giovedì	18:30 – 19:15
Vacallo	giovedì	19:30 – 20:15
Chiasso	lunedì	18:20 – 19:05
Chiasso	lunedì	19:10 – 19:55
Chiasso	lunedì	20:00 – 20:45
Chiasso	martedì	19:30 – 20:15
Chiasso	mercoledì	18:30 – 19:15
Chiasso	mercoledì	19:30 – 20:15
Chiasso	giovedì	17:30 – 18:15
Chiasso	giovedì	20:30 – 21:15
Chiasso	venerdì	17:40 – 18:25
Chiasso	venerdì	18:30 – 19:15
Chiasso	venerdì	19:30 – 20:15

### CORSI DI NUOTO PER RAGAZZI

Date dei corsi: 13.09.10; 29.11.11; 21.02.11

Responsabile per l e iscrizioni

Denise: 079 289 36 26

(09.00 – 11.00) – (13.30 – 15.30)

Piscina scolastica	Giorno	Orario
Chiasso	lunedì	17:15 – 18:00
Chiasso	martedì	16:30 – 17:15
Chiasso	martedì	17:15 – 18:00
Chiasso	martedì	18:00 – 18:45
Chiasso	mercoledì	15:45 – 16:30
Chiasso	mercoledì	16:30 – 17:15
Chiasso	mercoledì	17:15 – 18:00
Chiasso	giovedì	16:40 – 17:25

### NUOTO COACHING

Piscina comunale Chiasso “pallone”

Responsabile: Denise 079 289 36 26

(09.00 – 11.00) – (13.30 – 15.30)

5 - 8 partecipanti

a richiesta anche in altri orari

Piscina comunale	Giorno	Orario
Chiasso	martedì	19.15 – 20.00
Chiasso	martedì	20.00 – 20.45
Chiasso	mercoledì	18.30 – 19.15
Chiasso	mercoledì	19.15 – 20.00

### ACQUA GYM / GAG / MIX / FIT

Piscina comunale Chiasso “pallone”

Responsabile : Valeria : 079.684..39.11

(09.00-11.00) - (13.30 – 16.00)

GAG	martedì	14.00 – 14.45
GYM	martedì	14.50 – 15.35
MIX	martedì	18.30 – 19.15
MIX	martedì	19.20 – 20.05
GYM	giovedì	09.00 – 09.45
FIT	giovedì	09.50 – 10.35

Società Nuoto Chiasso

La presente griglia e le circolari riguardanti i corsi si possono trovare sul nostro sito  
[www.nuotochiasso.ch](http://www.nuotochiasso.ch)