



**Società Nuoto Chiasso**  
Casella Postale 1349 – 6830 Chiasso  
[www.nuotochiasso.ch](http://www.nuotochiasso.ch)

## **STAGIONE INVERNALE 2018 – 2019**

*Gli orari dei corsi possono essere soggetti a modifiche.*

### **CORSO DI NUOTO PER ADULTI** piscina scolastica (minimo 5 partecipanti)

Responsabile dei corsi: Roberto Catenazzi 079 613 79 17 (ore pasti)  
mail: [r.catenazzi@bluewin.ch](mailto:r.catenazzi@bluewin.ch)

**Inizio corsi in piscina scolastica a Chiasso: 10 settembre 2018**

<b>Giorno</b>	<b>Orario</b>
Martedì	18.55 – 19.40
Giovedì	18.30 – 19.30
Giovedì	19.30 – 20.30
Sabato	09.30 – 10.15
Sabato	10.30 – 11.15

### **CORSO DI NUOTO PER RAGAZZI** piscina scolastica (minimo 5 partecipanti)

Responsabile dei corsi: Berny 079 297 90 28 oppure 0039 348 7320447  
mail: [roberni66@gmail.com](mailto:roberni66@gmail.com)

**Inizio corsi in piscina scolastica a Chiasso: 10 settembre 2018**

<b>Giorno</b>	<b>Orario</b>
Lunedì	16.40 – 17.25
Lunedì	17.25 – 18.10
Martedì	16.40 – 17.25
Martedì	17.25 – 18.10
Martedì	18.10 – 18.55
Mercoledì	15.30 – 16.00 (nati nel 2014)
Mercoledì	16.00 – 16.45
Mercoledì	16.45 – 17.30
Giovedì	16.45 – 17.30

### **CORSO DI PERFEZIONAMENTO PER RAGAZZI E ADULTI** pallone

HAPPY WATER (pallanuoto, tuffi, nuoto, esercizi di salvataggio)

(minimo 5 partecipanti)

Responsabile dei corsi: Berny 079 297 90 28 oppure 0039 348 7320447  
mail: [roberni66@gmail.com](mailto:roberni66@gmail.com)

**Inizio corsi in piscina comunale/pallone a Chiasso: 15 ottobre 2018**

#### **RAGAZZI - pallone**

<b>Giorno</b>	<b>Orario</b>
Lunedì	17.45 – 18.30
Martedì	17.45 – 18.30
Mercoledì	14.15 – 15.00
Mercoledì-HAPPY WATER	18.00 – 18.45
Giovedì	17.00 – 17.45
Giovedì	17.45 – 18.30
Sabato	11.00 – 11.45
Sabato	11.00 – 11.30 (2013-14-15)
Sabato	11.30 – 12.00 (2013-14-15)

## ADULTI - pallone

Giorno	Orario
Lunedì	09.15 – 10.00
Lunedì	10.05 – 10.50
Lunedì	18.30 – 19.15
Martedì	12.30 – 13.15
Martedì	19.15 – 20.00
Mercoledì	18.45 – 19.30
Giovedì	09.15 – 10.00
Giovedì	10.05 – 10.50
Giovedì	18.30 – 19.15
Sabato	10.00 – 10.45 <b>pinnato/apnea</b>

## ACQUAGYM STAGIONE INVERNALE 2018 – 2019

Responsabile dei corsi: Anna 079 684 39 11

mail: [anna.buoninsegni@nuotochiasso.ch](mailto:anna.buoninsegni@nuotochiasso.ch)

Gli orari dei corsi possono essere soggetti a modifiche.

**Inizio corsi in piscina scolastica a Chiasso: 10 settembre 2018**

Giorno	Orario
Lunedì	18.20 – 19.05
Lunedì	19.10 – 19.55
Lunedì	20.00 – 20.45
Martedì	19.45 – 20.30
Mercoledì OVER 60	13.45 – 14.30
Mercoledì	18.30 – 19.15
Mercoledì	19.30 – 20.15
Giovedì	17.30 – 18.15
Giovedì	20.30 – 21.15
Venerdì	17.40 – 18.25
Venerdì	18.30 – 19.15
Venerdì	19.30 – 20.15

## ACQUAGYM / ACQUA-FIT

*(minimo 7 partecipanti)*

**Inizio corsi in piscina comunale/pallone a Chiasso: 15 ottobre 2018**

Giorno	Orario	Lezione
lunedì	09.15 - 10.00	Acqua-mix
lunedì	10.05 -10.50	Acqua-fit
lunedì	14.00 - 14.45	Acqua-mix
lunedì	18.30 - 19.15	Acqua-mix
lunedì	19.30 - 20.15	Acqua-fit
martedì	18.45 - 19.30	Acqua-mix
martedì	19.35 – 20.20	Acqua-mix
mercoledì	18.30 - 19.15	Acqua-fit
mercoledì	19.30 - 20.15	Acqua-fit
giovedì	09.15 - 10.00	Acqua-mix
giovedì	10.05 – 10.50	Acqua-fit
giovedì	18.45 - 19.30	Acqua-mix
giovedì	19.35 - 20.20	Acqua-mix