



# AQUATIC

## CORSO NUOTO PER UTENTI CON DISABILITÀ FISICA E SENSORIALE

Progetto sostenuto da: **ROSSI**  
EDILIZIA SOSTENIBILE

### MARTEDÌ

inizio 19.09.23 fine 28.05.24

17.00 \_ 17.40

17.40 \_ 18.20

18.20 \_ 19.00

É obbligatoria la consegna del certificato medico sportivo non agonistico in corso di validità.

Il corso si configura come un progetto di avvicinamento all'attività natatoria e alla promozione delle autonomie in acqua rivolto a bambini, ragazzi e adulti con disabilità fisica e sensoriale (visiva ed uditiva) di qualsiasi livello.

Tale progetto si articola in 4 fasi:

- accogliimento della richiesta da parte della struttura e prova in acqua gratuita della durata di 20 minuti;
- colloquio con i genitori (se minorenni) o con il futuro corsista rispetto alle aspettative e agli obiettivi codivisi;
- lezioni individuali ( rapporto 1:1) qualora il corsista non fosse autonomo;
- inserimento in un gruppo sportivo.

L'attività è condotta da istruttori di nuoto specializzati e con brevetto rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto Paralimpico (FINP)

La quota ridotta dei pacchetti è garantita, fino ad esaurimento fondi per la stagione 2023-2024, grazie alle Aziende Private che sostengono il Progetto mediante sponsorizzazione.

### VANTAGGI E BENEFICI

L'attività natatoria per le persone con disabilità fisica genera benefici a livello psico-fisico difficilmente raggiungibili fuori dall'acqua, come:

- Riduzione del dolore e sensazione di sollievo grazie al sostegno dell'acqua ed all'assenza di gravità;
- Rafforzamento della tonicità grazie all'impiego, in questo specifico sport, di tutti i distretti muscolari;
- Aumento dell'escursione articolare;
- Raggiungimento di un maggior equilibrio grazie ad uno specifico sviluppo senso-percettivo e cinestesico oltre che alla possibilità di sperimentare una molteplicità di posture ed assetti diversi;
- Riduzione della spasticità per mezzo del rilassamento muscolare;
- Raggiungimento di una completa autonomia nello spostamento in acqua.

Oltre a questi aspetti peculiari, il nuotatore potrà migliorare le proprie condizioni fisiche generali a livello respiratorio, cardiovascolare e circolatorio.

### QUOTA PER I SERVIZI:

#### PACCHETTO DI 10 LEZIONI

	quota base	quota sponsorizzata
Lezioni individuali:	€ 250,00	€ 150,00
piccolo gruppo:	€ 180,00	€ 110,00

Alla sottoscrizione dei pacchetti verrà richiesta anche la quota di tesseramento FINP di 20,00 € (valida per l'anno solare 2023, successivamente rinnovabile nell'anno solare 2024) ed € 5,00 cauzionali per la tessera magnetica.

Per qualsiasi informazione potete rivolgervi al coordinatore tecnico **LORIS BERNARDIS:** [tecnic@unionenuotofriuli.it](mailto:tecnic@unionenuotofriuli.it)  
o tramite la **messaggio WhatsApp:** **3201570169**