



MARTEDÌ/VENERDÌ

dal 04/06/2024 al 30/07/2024

14.40_15.20

RIE 1

Per la **stagione sportiva 2024/2025**, vista l'ipotizzata chiusura dell'impianto, **vi aspettiamo alla Swim** di Villa Primavera con la **scontistica dedicata del 20%** su tutti i pacchetti di scuole nuoto (non cumulabile).

**NOVITÀ STAGIONE
2024_2025!**

QUOTA PER IL SERVIZIO AI TESSERATI:



Pacchetto da 8 lezioni € 104,00

Non è previsto il rimborso o recupero delle giornate perse.

LEGENDA E-COMMERCE



E-COMMERCE
ABBONAMENTI



E-COMMERCE
RINNOVI

INFO: Alla quota per il servizio, vanno aggiunti € 20,00 per il tesseramento (valido 365 giorni dalla data di sottoscrizione) ed € 5,00 cauzionali per la tessera magnetica. Per la frequenza di questo corso, è prevista la consegna di una copia del certificato medico per l'attività non agonistica in corso di validità o prescrizione medica, e la documentazione medica in caso di interventi e/o patologie.

L'iscrizione verrà effettuata **previo colloquio** con istruttore/istruttrice da prenotare presso la Segreteria.

Unione Nuoto Friuli_Piscina Comunale di Cividale_Via Istituto Tecnico Agrario, 9, 33043 Cividale del Friuli_cividale@unionenuotofriuli.it_www.unionenuotofriuli.it
Tel. 0432.631515_su questo numero è attivo il servizio di messaggistica WhatsApp

Tenute da Istruttori qualificati

Cosa è?

È un corso basato su movimenti dolci, svolti in modo progressivo e proporzionato al soggetto. Questa attività, svolta con costanza, aumenta la mobilità articolare, l'elasticità ed il rilassamento muscolare, l'equilibrio dentro e fuori dall'acqua, la respirazione, la coordinazione motoria, la capacità cardiocircolatoria.

Rivolta a tutti coloro che presentano, interventi post-traumatici, dolori articolari, scompensi posturali, osteoporosi, artriti e quant'altro, l'Unione Nuoto Friuli mette a disposizione un'equipe composta da fisioterapisti ed istruttori esperti, diplomati ISEF e laureati in Scienze Motorie, in grado, previa valutazione fisioterapica su appuntamento, di attivare una corretta riabilitazione già dalla fase acuta, fino al pieno recupero funzionale in acqua. Le sedute, potranno tenersi in gruppo o singolarmente (uno ad uno).

Da chi è tenuta la lezione?

A chi è rivolto?

A soggetti con:

- post-infurtuni, traumi o interventi;
- artrosi;
- osteoporosi;
- patologie acute o croniche alla colonna vertebrale;
- dolori articolari agli arti inferiori o superiori;
- trattamenti neurologici;
- scompensi posturali;

A chiunque desiderasse intraprendere un percorso di mantenimento funzionale con la ginnastica antalgica.

Si richiede Certificato Medico Specifico o Visita Medico-Sportiva per attività non agonistica.

Importante!