

ATTIVITÀ NELLE PISCINE DI REGGIO EMILIA
PER I NOSTRI TESSERATI



PISCINA VIA MELATO
PISCINA VIA GATTALUPA

STAGIONE SPORTIVA NATATORIA 2018/2019

C.S.I. Nuoto Ober Ferrari a.s.d.

L'Associazione Sportiva Dilettantistica CSI Nuoto Ober Ferrari è nata ufficialmente nel 1998 all'interno del Centro Sportivo Italiano di Reggio Emilia ed è stata dedicata ad Ober Ferrari, che negli anni 70/80 ha divulgato e promosso il nuoto nella nostra provincia tramite il CSI.

L'Associazione opera negli impianti natatori di Reggio Emilia presso le piscine Comunali di via Melato (3 vasche coperte) e di via Gattalupa.

Ai nostri tesserati vengono proposte le seguenti attività: corsi per gestanti, per baby corsi dai 4 mesi ai 3 anni, la scuola nuoto per bambini e ragazzi, i corsi nuoto per adulti ed anziani, la ginnastica in acqua.

Si è poi costituita la Squadra Agonistica, con la passione dei Tecnici, degli Allievi e dei Genitori, partendo dalla Squadra giovanile si è arrivati a creare nel 2000 anche il gruppo Master.

Dal 2002 fino a giugno 2018 l'Associazione ha gestito direttamente la piscina comunale di via Gattalupa. Chi è interessato a condividere gli scopi sociali, può chiedere il modulo di adesione all'associazione in segreteria. Sul sito www.csinuoto.it è possibile consultare il nostro statuto.

1° Corso

dal 17 Settembre al 22 Dicembre 2018

PRELAZIONI dal 21 al 31 agosto 2018

NUOVE ISCRIZIONI dal 01 settembre 2018

presso sede CSI via Agosti 6

Dal 03 settembre le iscrizioni per i corsi 0-3 anni e 3-7 anni della piscina di via Gattalupa si ricevono esclusivamente presso la piscina stessa come da orario di Segreteria indicato in fondo al giornale

2° Corso

dal 07 Gennaio al 24 Marzo 2019

PRELAZIONI dal 19 novembre al 01 dicembre 2018

NUOVE ISCRIZIONI dal 03 dicembre 2018

3° Corso

dal 25 Marzo al 08 Giugno 2019

PRELAZIONI dal 18 febbraio al 02 marzo 2019

NUOVE ISCRIZIONI dal 04 marzo 2019

PISCINA di VIA MELATO

Scuola Nuoto 4 - 17 anni

Giorni di frequenza:

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	14.50 - 15.40		14.50 - 15.40		9.50 - 10.40
15.40 - 16.30	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30	15.40 - 16.30	10.40 - 11.30
16.30 - 17.20	16.30 - 17.20	16.30 - 17.20	16.30 - 17.20	16.30 - 17.20	
17.20 - 18.10	17.20 - 18.10	17.20 - 18.10	17.20 - 18.10	17.20 - 18.10	
18.10 - 19.00 solo liv. avanzato	18.10 - 19.00		18.10 - 19.00		

INFO E COSTI PRESSO SEGRETERIA CSI NUOTO OBER FERRARI

Nuoto Adulti

Sulla base del livello, i gruppi si suddividono in: principianti, intermedi e avanzati.

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	9.00 - 9.50		9.00 - 9.50	
	9.50 - 10.40		9.50 - 10.40	
	13.10 - 14.00		13.10 - 14.00	
14.00 - 14.50		14.00 - 14.50		
	14.50 - 15.40		14.50 - 15.40	
	15.40 - 16.30		15.40 - 16.30	
	16.30 - 17.20		16.30 - 17.20	
	17.20 - 18.10		17.20 - 18.10	
	18.10 - 19.00		18.10 - 19.00	
19.00 - 19.50	19.00 - 19.50	19.00 - 19.50	19.00 - 19.50	19.00 - 19.50
	19.50 - 20.40		19.50 - 20.40	
20.40 - 21.30	20.40 - 21.30	20.40 - 21.30	20.40 - 21.30	
21.30 - 22.20	21.30 - 22.20	21.30 - 22.20	21.30 - 22.20	

SCONTO DEL 20% NEI CORSI DEL MATTINO FINO AL TURNO DELLE 14,00

INFO E COSTI PRESSO SEGRETERIA CSI NUOTO OBER FERRARI

CSI Nuoto Ober Ferrari associazione sportiva dilettantistica

Piscina Via Melato - RE - tel 0522 517122 / 3393159579 - csinuoto@csinuoto.it - www.csinuoto.it

PISCINA di VIA MELATO

Attività Master

Se sai nuotare bene, se ti piace il confronto con il cronometro, se ami la competizione, se vuoi scaricare in acqua tutta la tensione di una intensa giornata di lavoro.... Allora sei dei nostri : il gruppo CSI NUOTO OBER FERRARI MASTER ti aspetta!!!

Un gruppo di ragazzi più o meno giovani con la passione per il nuoto e con tanta voglia di divertirsi dentro e fuori dall'acqua!!!!

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	13.10 - 14.50		13.10 - 14.50		12.20 - 14.50
19.50 - 20.40		19.50 - 20.40		19.50 - 20.40	

MARTEDÌ E GIOVEDÌ INGRESSO CON ABBONAMENTO - INFO IN SEGRETERIA

Primo turno	dal 17/09/2018 al 26/01/2019
Secondo turno	dal 28/01/2019 al 08/06/2019
Info e costi presso segreteria CSI Nuoto Ober Ferrari	

Attività Agonistica 7-18 anni

Il percorso iniziato da piccoli con i corsi di scuola nuoto vede la sua normale prosecuzione nell'attività agonistica; il giovane atleta troverà nuovi stimoli e si confronterà con se stesso e con gli avversari. Uno sport sano e completo che per il bambino e per il ragazzo rappresenta un importante momento di crescita personale: il gruppo di allenamento diventerà parte integrante della sua vita. Sarà il gruppo con il quale si condivideranno non solo le "fatiche" in vasca ma anche momenti di svago al di fuori della piscina. Si condividerà il vero spirito del CSI; aggregazione e divertimento sono ingredienti fondamentali della nostra squadra. I ragazzi si alleneranno da 2 a 4 volte a settimana a seconda dell'età e del livello.

**Per informazioni su costi e orari di allenamento rivolgersi in segreteria :
Via Agosti, 6 - tel 0522517122 - cell. 3393159579 - email:csinuoto@csinuoto.it.**



Seguici su
Facebook

Acquagym

E' un'attività motoria in acqua che prevede esercizi di diverse intensità mirati a migliorare il tono muscolare e la mobilità articolare oltre che migliorare le capacità coordinative, funzionali e metaboliche. Adatta a tutte le persone che cercano un miglioramento della vita quotidiana e del proprio stile di vita volto al benessere psicofisico. L'attività è sempre accompagnata da un sottofondo musicale che scandisce il ritmo di lavoro.

Martedì	Giovedì	Sabato
10.40 - 11.30	10.40 - 11.30	
11.30 - 12.20	11.30 - 12.20	
		12.20 - 13.10
14.50 - 15.40	14.50 - 15.40	

INFO E COSTI PRESSO SEGRETERIA CSI NUOTO OBER FERRARI

PROMOZIONE

PORTA UN AMICO AL CSI NUOTO

Porta un amico al CSI Nuoto Ober Ferrari asd, se lui si tessererà e parteciperà ad una delle attività proposte dall'associazione, per te il 20% di sconto!

Obbligo certificato medico

Da Settembre 2015 è diventato obbligatorio la consegna del certificato medico per l'attività sportiva non agonistica per i corsi di: scuola nuoto bambini (dalla 1^ elementare in poi) e per tutta l'attività adulti e senior in piscina e palestra.

Non devono consegnare il certificato: 0-3 anni, scuola nuoto e attività motoria per bambini frequentanti la scuola materna, campi gioco, nuoto libero e rieducazione funzionale.

PISCINA di VIA GATTALUPA

Ginnastica in acqua in gravidanza

Giovedì

12.20 - 13.10

Iscrizioni tramite abbonamento a scalare da 5 e 10 ingressi.
CONTATTARE LA SEGRETERIA PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI
cell 3289240686 - gattalupa@csinuoto.it

Corso Prime Bolle acquaticità dai 3 ai 36 mesi

Martedì	Giovedì	Sabato
		12.20 - 13.10
13.10 - 14.00	13.10 - 14.00	13.10 - 14.00

SCONTO DEL 20% PER I NUOVI ISCRITTI stagione 2018/19

Possibilità di recuperare le lezioni perse

CONTATTARE LA SEGRETERIA PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI
cell 3289240686 - gattalupa@csinuoto.it

Scuola Nuoto 3-7 anni

Lunedì	Martedì	Giovedì
17.20 - 18.10		
18.10 - 19.00		
	19.00 - 19.50	19.00 - 19.50

INFO E COSTI PRESSO SEGRETERIA CSI NUOTO OBER FERRARI

Corsi di Ginnastica Dolce in acqua e Nuoto Senior

Martedì	Venerdì
9.00 - 9.50 GINNASTICA	9.00 - 9.50 GINNASTICA
9.50 - 10.40 NUOTO SENIOR	9.50 - 10.40 NUOTO SENIOR

Informazioni e iscrizioni negli orari dei corsi Alessandra o Elena oppure presso segreteria CSI
cell 3289240686 - gattalupa@csinuoto.it

Acquagym

Lunedì	Martedì	Giovedì	Venerdì
13.10 - 14.00			13.10 - 14.00
14.00 - 14.50			14.00 - 14.50
	19.50 - 20.40	19.50 - 20.40	
	20.40 - 21.30	20.40 - 21.30	

Informazioni e iscrizioni:

lunedì e venerdì negli orari dei corsi - referente: Nicole o Luca

martedì e giovedì negli orari dei corsi - referente Elena

oppure presso segreteria CSI

Cell: 3289240686 - mail: gattalupa@csinuoto.it

CSI Nuoto Ober Ferrari

Associazione Sportiva Dilettantistica

via Agosti 6 - Reggio Emilia - tel. 0522517122 / 3393159579
csinuoto@csinuoto.it - www.csinuoto.it

ORARI DI SEGRETERIA

SEDE VIA AGOSTI

dal 17 settembre 2018 al 08 giugno 2019

Da LUNEDÌ a VENERDÌ 9.00-12.30
(chiuso mercoledì mattina)

PISCINA VIA GATTALUPA

dal 17 Settembre 2018

Tel. 3289240686 - gattalupa@csinuoto.it

LUNEDÌ 13.00 - 14.50 e 17.00 - 19.00

MARTEDÌ GIOVEDÌ 19.00 - 20.30

VENERDÌ 13.00 - 14.50

Referente Elena Barchi

PISCINA VIA MELATO

dal 17 Settembre 2018 al 08 Giugno 2019

Tel.3393159579 - csinuoto@csinuoto.it

LUNEDÌ MERCOLEDÌ VENERDÌ 15.00 -19.00

MARTEDÌ e GIOVEDÌ 16.00-20.00

Referenti Elena Spaggiari e Chiara Cucchi