

## Orari "Attività varie"

(minimo 12 iscritti per corso)

### MINIBASKET

Martedì e Venerdì dalle 16.40 alle 17.35  
Mercoledì dalle 14.30 alle 15.30 (I e II Elem.)

### GINNASTICA ARTISTICA

Lunedì e Giovedì dalle 16.40 alle 18.30 (2 turni)

### JUDO

Lunedì e Giovedì dalle 16.40 alle 19.30 (3 turni)

### KARATE

Martedì e Venerdì dalle 16.40 alle 18.35 (2 turni)

### DIFESA PERSONALE (oltre i 14 anni)

Lunedì e Venerdì dalle 14.30 alle 16.00

### PALLAVOLO

Martedì e Venerdì dalle 16.30 alle 17.30 (Medie)  
Martedì e Venerdì dalle 17.30 alle 19.00 (Superiori)  
Mercoledì dalle 16.30 alle 18.00 (Superiori)

### DANZA

Lunedì e Giovedì: 16.00-16.45 e 16.45-17.40

### CALCIO A CINQUE

Mercoledì dalle 14.00 alle 15.15 (I e II Elementare)  
Mercoledì dalle 15.15 alle 16.30 (III - IV - V Elementare)

## Quote "Attività varie"

Attività	1 volta / sett.	2 volte / sett.
Minibasket	€ 158,00	€ 249,00
Ginnastica Artistica	€ 158,00	€ 249,00
Judo - Karate	€ 158,00	€ 249,00
Difesa pers. (3 mesi)	€ 100,00	
Pallavolo	€ 168,00	€ 249,00
Danza	€ 221,00	€ 379,00
Calcio a cinque	€ 173,00	

## Quote annue "Formula"

(Iscrizione + Assicurazione € 33,00)

€ 620,00

(3 settimane di luglio comprese)

### FORMULA "A"

NUOTO

(corsi o nuoto libero)

due volte a settimana in giorni e orari a scelta

FITNESS a frequenza libera

### FORMULA "B"

NUOTO

(corsi o nuoto libero)

due volte a settimana

FITNESS a frequenza libera

Per gli ALLIEVI fino a 14 anni

### FORMULA "A 14"

NO Fitness

SI un corso annuale

a scelta tra Basket, Judo, Karate, Ginn. Artist.

Con due iscritti alle "Formule", sconto del 50% agli iscritti successivi, anche nelle attività individuali (neonati esclusi).

Sconti individuali:

20% al terzo iscritto, 40% al quarto iscritto.



2007-2008



Corso Siracusa 10  
10136 Torino

Tel. 011.36.68.30 - Fax 011.324.23.31  
[www.istitutosociale.it/sportscentre.asp](http://www.istitutosociale.it/sportscentre.asp)

Per giungere al Centro Sportivo:  
Autobus n. 2 - 17 - 56 - 62 - 66 - 71

Orario Segreteria

		12.00 - 14.00	15.30 - 19.00
Lunedì			
Martedì	9.30 - 13.30		15.30 - 19.00
Mercoledì	9.30 - 13.30		15.30 - 19.00
Giovedì		12.00 - 14.00	15.30 - 19.00
Venerdì	9.30 - 13.30		15.30 - 19.00
Sabato	9.30 - 13.30		15.30 - 18.00

Per la frequenza a qualsiasi attività è indispensabile il Certificato Medico di idoneità sportiva non agonistica.

## Orari "Piscina"

### NUOTO

Dai 3 ai 14 anni: solo corsi

Lun.	Mar.	Merc.	Giov.	Ven.	Sab.
					9.30
					10.30
15.30		15.30	15.30		11.30
16.45	16.45	16.30	16.45	16.45	15.30
17.30	17.30	17.30	17.30	17.30	16.30
	18.30	18.30		18.30	17.30

Oltre i 14 anni: corsi e nuoto libero

Lun.	Mar.	Merc.	Giov.	Ven.	Sab.
	8.30			8.30	8.30
	9.30			9.30	9.30
	10.30			10.30	10.30 C
	11.30			11.30	11.30
12.30	12.30	12.30	12.30	12.30	dalle 13.00 alle 14.30
13.30	13.30	13.30	13.30	13.30	
14.30 L	14.30 L	14.30 L		14.30 L	
15.30	15.30	15.30 L	15.30	15.30	15.30
		16.30 L			16.30
18.30	18.30 C	18.30	18.30	18.30 C	17.30
19.30	19.30	19.30	19.30	19.30	
20.30	20.30	20.30	20.30	20.30	

C = solo corsi; L = solo nuoto libero

### ACQUAGYM (oltre i 14 anni)

Lun.	Mar.	Merc.	Giov.	Ven.	Sab.
13.30		8.45	13.30		13.00
20.30	20.30	11.30	20.30	20.30	
		12.30			

### NEONATI

Lunedì e/o Giovedì alle 18.30

Mercoledì e/o Venerdì dalle 10.00 alle 11.30

Sabato alle 17.30

### GESTANTI

Mercoledì alle 10.30 - Venerdì alle 11.30



## Quote "Piscina"

(Iscrizione al Centro Sportivo € 33,00)

### NUOTO (1 mese = 4 settimane effettive)

Corsi di nuoto	1 volta / sett.	2 volte / sett.
1 mese	€ 51,00	€ 87,00
2 mesi	€ 94,00	€ 154,00
3 mesi	€ 130,00	€ 221,00
6 mesi	€ 245,00	€ 425,00
Stagionale (sett. / giu.)	€ 325,00	€ 555,00
Nuoto libero	1 volta / sett.	2 volte / sett.
1 mese	€ 46,00	€ 79,00
2 mesi	€ 87,00	€ 148,00
3 mesi	€ 119,00	€ 199,00
6 mesi	€ 228,00	€ 376,00
Stagionale (sett. / giu.)	€ 286,00	€ 486,00

La frequenza degli adulti negli orari dalle 14.30 alle 16.30 e il Sabato dalle 13.00 alle 14.30 dà diritto allo sconto del 20% sulle quote sopraindicate.

### LEZIONI INDIVIDUALI

(50 MINUTI)

1 lezione €39,00 - 4 lezioni € 132,00

### ACQUAGYM

Acquagym	1 volta / sett.	2 volte / sett.
1 mese	€ 53,00	€ 89,00
2 mesi	€ 97,00	€ 167,00
3 mesi	€ 138,00	€ 238,00
6 mesi	€ 249,00	€ 453,00
Stagionale (sett. / giu.)	€ 345,00	€ 584,00

Le frequenze non effettuate possono essere recuperate entro la propria scadenza in altri orari disponibili, oppure oltre la propria scadenza (non oltre il mese di giugno) nella misura del 50%. L'eventuale recupero viene conteggiato dal giorno della comunicazione in Segreteria.

### NEONATI

Neonati	1 volta / sett.	2 volte / sett.
1 mese	€ 66,00	€ 109,00
2 mesi	€ 122,00	€ 200,00
3 mesi	€ 173,00	€ 266,00

## Orari "Fitness"



### ATTIVITA' INDIVIDUALE

(corpo libero, sala pesi, stretching) (oltre i 14 anni)

Lunedì	12.30 - 21.30		
Martedì	8.30 - 11.30	12.30 - 14.30	16.30 - 21.30
Mercoledì			16.30 - 21.30
Giovedì	12.30 - 21.30		
Venerdì	8.30 - 11.30	12.30 - 14.30	16.30 - 21.30
Sabato	10.00 - 13.00		

### ATTIVITA' DI GRUPPO (oltre i 14 anni)

Lunedì e Giovedì: 17.30

Martedì e Venerdì: 13.10; 18.00 e 19.00

### PILATES

Martedì e Venerdì: 8.30 e 9.30; 19.00

## Quote "Fitness"

Fitness (solo oltre 14 anni)	Solo mattino	Frequenza libera *
1 mese	€ 51,00	€ 59,00
3 mesi	€ 137,00	€ 156,00
6 mesi	€ 241,00	€ 282,00
Stagionale (sett. / giu.)	€ 349,00	€ 403,00

\* comprese 2 frequenze al mese in piscina per corsi o nuoto libero (da concordare in Segreteria)

