

CENTRO SPORTIVO DELLA P. di S. "TOR DI QUINTO"

CENTRALINO

TEL.: 063322611/2/3

UFFICIO SPORTIVO

TEL.: 0633226128

POSTA ELETTRONICA centrospottordiquinto.rm@interno.it

Programma delle attività sportive 2010 - 2011

PISCINA

Nuoto libero

Corsi Nuoto

Corsi sub

PALESTRA

Kombo - Autodifesa

Sala pesi

TENNIS

Lezioni individuali e collettive

BALLO

Corsi di salsa , balli caraibici, tango argentino, danze standard e latino americani

TUTTI I PAGAMENTI DOVRANNO AVVENIRE TRAMITE BANCOMAT, CARTA DI CREDITO O ASSEGNO

N.B. Tutti i frequentatori debbono preventivamente munirsi di certificato medico valido di sana e robusta costituzione.

SETTORE PISCINA

CORSI DI NUOTO

ADULTI MATTINA

dal lunedì al venerdì (frequenza bisettimanale)
ore: 10.00 / 10.45

CORSI BISETTIMANALI: *(età 5/15 anni)*

lunedì / giovedì o martedì / venerdì

ore: 17.00/17.45
18.00/18.45

ADULTI SERA :

lunedì / giovedì o martedì / venerdì

ore: 19.00/19.45

QUOTE QUADRIMESTRE CORSO BISETTIMANALE

SOCI: Euro 30,00 mensili + Euro 30,00 iscrizione (totale Euro 150,00)

OSPITI: Euro 45,00 mensili + Euro 30,00 iscrizione (totale Euro 210,00)

NUOTO LIBERO

MATTINA tutti i giorni domenica compresa ore: 09,00/13,00

SERA lunedì e giovedì ore: 20,00 / 21,30 cinque corsie

**mercoledì ore: 17,00 / 18,00 due corsie
ore: 18,00 / 19,30 cinque corsie**

QUOTE

TESSERA MENSILE

SOCI EURO 25.00

OSPITI EURO 40.00

TESSERA QUADRIMESTRALE

SOCI EURO 80.00

OSPITI EURO 120.00

CARNET

SOCI EURO 50.00 (venti ingressi)

OSPITI EURO 100.00 (venti ingressi)

ISCRIZIONE Euro 30.00 Per tutti i tesserati

CORSI SUB

Lunedì - giovedì 21.00 / 22.30

**Da considerare in base al numero dei partecipanti e alla tipologia del brevetto da conseguire
N.B. Tutti i frequentatori devono preventivamente munirsi di certificato medico valido
di sana e robusta costituzione.**

PALESTRA e FITNESS

PROGRAMMA E COSTI

L'attività in palestra si svolgerà dal Lunedì al Sabato con gli orari e le discipline come da programma allegato.

Non sarà possibile l'ingresso con pagamento giornaliero mediante l'acquisto del singolo biglietto.

L'accesso al locale palestra è consentito a coloro che saranno in possesso della tessera FITNESS, mensile o quadrimestrale, al prezzo di seguito indicato:

Sala pesi

orari: 09,00/13,00 e 15,00/19,00 sabato 09,00/13,00

SOCIO: Mensile Euro 25.00
Quadrimestrale Euro 80.00

OSPITE: Mensile Euro 40.00
Quadrimestrale Euro 120.00

Kombo – Corso Autodifesa

Martedì, Giovedì orario 17,00/19,00

CORSO QUADRIMESTRALE ***QUOTE CORSO BISETTIMANALE***

SOCI: Euro 30,00 mensili + Euro 30,00 iscrizione (totale Euro 150,00)
OSPITI: Euro 45,00 mensili + Euro 30,00 iscrizione (totale Euro 210,00)

SETTORE TENNIS

LEZIONI DI TENNIS PER RAGAZZI ED ADULTI

LEZIONI INDIVIDUALI

orari da concordare con il maestro

quote :	soci	Euro 10,00/ora
	ospiti	Euro 15,00/ora

LEZIONI COLLETTIVE

2-4 PERSONE

quote :	soci	Euro 7,00/ora
	ospiti	Euro 10,00/ora

UTILIZZO CAMPI

tutti i giorni dalle 09.00 alle 22.00

QUOTE:	singolare :	soci	Euro 4,00 /ora
		ospiti	Euro 6,00/ora
	doppio :	soci	Euro 3,00 /ora
		ospiti	Euro 5,00 /ora

SUPPLEMENTO ILLUMINAZIONE: Euro 5,00

N.B. Tutti i frequentatori devono preventivamente munirsi di certificato medico valido di sana e robusta costituzione, effettuare anticipatamente la prenotazione ed il pagamento presso l'ufficio prenotazioni. (info 06/33226129)

SETTORE CALCETTO E CALCIOTTO

CAMPO DI CALCIOTTO

SOCI EURO 90.00

OSPITI EURO 110.00

CAMPI DI CALCETTO

SOCI EURO 60.00

OSPITI EURO 70.00

SUPPLEMENTO ILLUMINAZIONE NOTTURNA

CALCETTO EURO 10.00

CALCIOTTO EURO 15.00

N.B. Si fa presente di effettuare anticipatamente la prenotazione ed il pagamento presso l'ufficio prenotazioni. (info 06/33226129)

CORSI DI BALLO

PROGRAMMA E COSTI

I corsi si svolgeranno nel periodo invernale, ottobre 2010-maggio 2011, dalle ore 20.00 alle 23.00, nei giorni di mercoledì'/giovedì'/venerdì'.
Nel periodo estivo, giugno 2011-agosto 2011, dalle ore 20.00 alle 23.00, dal lunedì al giovedì.

corsi di salsa e balli caraibici

soci

euro 88,00 ogni livello (10 lezioni)

ospiti

euro 110,00 ogni livello (10 lezioni)

corsi di tango argentino e danze standard e latino americani

soci

mensile euro 40,00
trimestrale euro 100,00

ospiti

mensile euro 50,00
trimestrale euro 125,00

Tesseramento e assicurazione annuale obbligatoria asd L.LUVIA euro 15,00

IL DIRETTORE
D.ssa *Claudia Caristo*