



**SOGESE ACQUA COMMUNITY
PRESENTA IL PROGETTO**

NUOTO E GINNASTICA IN ACQUA ADATTATI PER PROBLEMATICHE ARTICOLARI E NEUROLOGICHE

Piscina PalaZola "Venturi"

Viale dello Sport, 2 - Zola Predosa - Bo

**torna ad essere il protagonista
del tuo benessere !**



CORSI DI NUOTO, ACQUATICITÀ E GINNASTICA IN ACQUA ADATTATI

I corsi sono seguiti da istruttori laureati in scienze motorie e istruttori specializzati in attività acquatiche.

Per iniziare, potrete avere un colloquio con il coordinatore dell'attività per verificare insieme le problematiche, gli obiettivi e concordare gli orari.

E' prevista una lezione di prova.

Per poter accedere ai corsi occorre:

- essere tesserati SO.GE.SE AcquaCommunity:
- un certificato medico per attività motoria e una prescrizione che attesti la necessità di praticare attività in acqua.
- acquistare un abbonamento da 4 o da 8 ingressi da consegnare all'istruttore all'inizio di ogni lezione.
- prenotarsi alla lezione (ed eventualmente disdire) per una migliore organizzazione dell'attività e nel rispetto dei numeri imposti dal regolamento Covid

NB: Nell'attività di Ginnastica in acqua **NON** occorre saper nuotare. Nell'attività di Nuoto per poter fare movimenti corretti, è necessario mettere la testa sott'acqua e **NON** occorre conoscere la tecnica degli stili.

PER ULTERIORI INFORMAZIONI

TEL. 051/6166834

PISCINAPALAZOLA@SOGESE.COM

WWW.SOGESE.COM

