

CORSI DI NUOTO ANNO 2011 - 2012**Durata del Corso di Nuoto:***Il Corso di Nuoto per bambini inizia il 15/09/2011 e termina il 15/06/2012**Il Corso di Nuoto per adulti si svolge in base al seguente calendario:
15/09/2011 - 31/01/2012 e 01/02/2012 - 15/06/2012***Giorni e orari:**

Turno	Lunedì-Giovedì	Martedì-Venerdì	Mercoledì-Sabato
1	ATTIVITA' AGONISTICHE	14.30 - 15.20	ATTIVITA' AGONISTICHE
2		15.20 - 16.10	
3	16.10 - 17.00	16.10 - 17.00 Veroli dal 04/10/11 *	16.10 - 17.00
4	17.00 - 17.50	17.00 - 17.50	17.00 - 17.50 Casamari dal 01/10/11 *
5	17.50 - 18.40 Ceccano dal 03/10/11*	17.50 - 18.40 Ferentino dal 16/09/11 *	17.50 - 18.40
6	18.40 - 19.30	18.40 - 19.30	18.40 - 19.30 Boville Ernica dal 17/09/11 *
7	19.30 - 20.20	19.30 - 20.20	* SERVIZIO TRASPORTO CON PULLMAN
8	20.20 - 21.10	20.20 - 21.10	
9	21.10 - 22.00	21.10 - 22.00 da Ottobre	

 Turni per bambini

 Turni per adulti

 Turni adulti e bambini
NUOTO LIBERO ed ACQUAGYM**Accesso alla piscina da parte dei soci per nuoto libero:**

Lunedì	11.00 - 14.30
Mercoledì	19.30 - 21.30
Giovedì	11.00 - 14.30
Sabato	10.00 - 14.30
Domenica	09.00 - 11.00 <i>da Novembre</i>

Acquagym (necessaria la prenotazione):

Lunedì	09.30 - 10.30	13.30 - 14.30	19.50 - 20.50
Mercoledì	19.30 - 20.30	20.30 - 21.30	
Giovedì	09.30 - 10.30	13.30 - 14.30	
Venerdì	19.50 - 20.50		
Sabato	11.00 - 12.00		

A.S.D. Park Club

- Scuola Nuoto

dal 1974 - Scuola Tennis

- Campi di calcetto (ultima generazione)

www.parkclub.it

e-mail: a.s.parkclub@libero.it

CORSO TENNIS (bambini ed adulti)

Il Corso di Tennis per bambini inizia il 15/09/2011 e termina il 15/06/2012; il Corso di Tennis per adulti si svolge in base al seguente calendario 15/09/2011 - 31/01/2012 e 01/02/2012 - 15/06/2012 ed è organizzato:

n. 2 lezioni settimanali / Giorni ed orari da concordare con il maestro di Tennis

**Le lezioni di tennis sono assicurate sempre (anche in caso di pioggia)
in quanto il Centro gode di n.2 campi da tennis al coperto**

DA OTTOBRE

Corso di Nuoto adulti di mattina: Lunedì-Giovedì ore 10.00 - 10.50

Corso Baby (3-4 anni): Sabato ore 09.30 – 10.15 (1° turno)
Sabato ore 10.15 – 11.00 (2° turno)

Corso Neonatale (0-36 mesi): Lunedì ore 10.30 – 11.30

Corso di nuoto per Gestanti: Lunedì ore 11.30 – 12.30



**PARK
CLUB**