



**Sporting Tennis Club**  
 Associazione Sportiva Dilettantistica  
 Via Villacidro - 09037 San Gavino Monreale (SU)  
 direzione@asd sportingtennisclub.it  
 sportingclubsangavino@pec.it  
 ☎ 070 933 9195 📞 375 701 6417

QUOTA SOCIALE STAGIONE: ADULTI €50,00 - MINORI €30,00 - POLIZZA ASSICURATIVA €10,00  
 Pagamento con bonifico IBAN IT76Z0200843961000004022775  
 (COSTO UTILIZZO DELL'ASCIUGACAPELLI €0,20 - DOCCIA GRATUITA)

## ATTIVITÀ AGONISTICA NUOTO ESORDIENTI - ASSOLUTI - MASTER



1° PROVA GRATUITA

### CORSI DI NUOTO PER ADULTI

MONOSETTIMANALE €40      BISETTIMANALE €60  
 TRISETTIMANALE €70      INGRESSO NUOTO LIBERO €10

TURNI LUNEDÌ - GIOVEDÌ

08,30-09,25 | 09,25-10,20  
 14,00-14,55 | 14,55-15,50  
 15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,35 | 18,35-19,30  
 19,30-20,25 | 20,25-21,20

TURNI MARTEDÌ - VENERDÌ

09,25-10,20 | 13,05-14,00  
 14,00-14,55 | 14,55-15,50  
 15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,35 | 18,35-19,30  
 19,30-20,25 | 20,25-21,20

TURNI MERCOLEDÌ

15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,35

TURNI SABATO

9,25-10,20  
 15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 in base al n° di richieste

### OPEN ANNUALE € 700

fino a 4 ingressi alla settimana di corso nuoto, acquafitness + sala pesi e quota socio annuale

Con un'integrazione ai corsi di nuoto di €20,00 si può usufruire della palestra!

1° PROVA GRATUITA

### CORSI DI NUOTO PER MINORI

MONOSETTIMANALE €35      BISETTIMANALE €55  
 TRISETTIMANALE €65

TURNI LUNEDÌ - GIOVEDÌ

15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,35 | 18,35-19,30

TURNI MERCOLEDÌ

15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,30

TURNI MARTEDÌ - VENERDÌ

15,50-16,45 | 16,45-17,40  
 17,40-18,35 | 18,35-19,30  
 19,30-20,25 | 20,25-21,20

TURNI SABATO

9,25-10,20  
 15,50-16,45 | 16,45-17,40

1° PROVA GRATUITA

### CORSI DI NUOTO NEONATALE



MONOSETTIMANALE €60      LEZIONE OCCASIONALE €20

TURNI SABATO

1° TURNO | 10,20-11,00  
 2° TURNO | 11,00-11,40  
 3° TURNO | 11,40-12,15

1° PROVA GRATUITA

### CORSI DI ACQUAGYM

MONOSETTIMANALE €40      BISETTIMANALE €60  
 TRISETTIMANALE €70      \*ACQUAGYM IN ACQUA ALTA

TURNI LUNEDÌ

14,55-15,50

TURNI MARTEDÌ

08,00-08,55 | 8,55-9,50\*  
 14,00-14,55 | 14,55-15,50  
 18,35-19,30 | 19,30-20,25

TURNI MERCOLEDÌ

14,55-15,50 | 15,50-16,45\*

TURNI GIOVEDÌ

14,00-14,55 | 14,55-15,50  
 19,30-20,25

TURNI VENERDÌ

8,00-8,55 | 8,55-9,50\*  
 14,55-15,50 | 18,35-19,30

TURNI SABATO

7,35-8,30 8,30-9,25\*

1° PROVA GRATUITA

### GINNASTICA DOLCE

BISETTIMANALE €60

TURNI LUNEDÌ - GIOVEDÌ

08,30 - 09,25

1° PROVA GRATUITA

### CORSI DI HIDROSPINBIKE

MONOSETTIMANALE €40      BISETTIMANALE €60  
 TRISETTIMANALE €70

TURNI LUNEDÌ

MERCOLEDÌ - VENERDÌ

14,00 - 14,55

TURNI MARTEDÌ - GIOVEDÌ

20,25 - 21,20

## PROMOZIONE PER NUCLEO FAMILIARE

Riduzione del costo dei corsi secondo il nucleo familiare composto di:

**2 SOCI**

sconto per ciascun socio del

**5%**

**3 SOCI**

sconto per ciascun socio del

**10%**

**4 SOCI**

sconto per ciascun socio del

**15%**

**5 SOCI**

sconto per ciascun socio del

**20%**

**LEZIONE OCCASIONALE NUOTO** € 15,00

**ABBONAMENTO PREPAGATO  
e 10 INGRESSI NUOTO LIBERO** € 75,00

**RIEDUCAZIONE FUNZIONALE IN ACQUA**  
costo lezione singola € 22,00

**LEZIONE DI NUOTO INDIVIDUALE**  
costo lezione singola € 22,00

**LEZIONE DI NUOTO INDIVIDUALE PER DIVERSAMENTE ABILI**  
costo lezione singola € 22,00 rapporto 1/1

€ 20,00 rapporto 1/2

1° PROVA GRATUITA

### BODY BUILDING / CARDIO-FITNESS

MONOSETTIMANALE €25

BISETTIMANALE €38

TRISSETTIMANALE €45

TUTTI I GIORNI €53

TURNI LUNEDÌ  
MERCOLEDÌ - VENERDÌ

8,30 - 21,30

TURNI MARTEDÌ - GIOVEDÌ

8,30 - 21,00

TURNI SABATO

9,00 - 14,00

2 volte alla settimana sala pesi + 1 volta nuoto, acquagym o hydrobike € 65,00

1° PROVA GRATUITA

**TOTAL BODY** €40

TURNI MARTEDÌ - VENERDÌ

18,30 - 19,30

1° PROVA GRATUITA

**PANCIA PIATTA** €40

TURNI MARTEDÌ - VENERDÌ

19,30 - 20,30

1° PROVA GRATUITA

### YOGA

MONOSETTIMANALE €30

BISETTIMANALE €40

LEZIONE SINGOLA € 10

TURNI LUNEDÌ - GIOVEDÌ

17,30 - 18,30

## CORSO ASSISTENTE BAGNANTI

Responsabile FIN Salvamento: G.F.M. 3286513534



## CORSO APNEA

Responsabile Apnea Academy: M.A. 3484703453

