

**ORARI NUOTO LIBERO DAL 17/05/2021 AL 04/06/2021**  
**(Gli orari potranno subire delle variazioni)**

Agg.12/05/21

GIORNO	DALLE	ALLE
Lunedì	12.00	20.30
Martedì	09.00	21.00
Mercoledì	12.00	20.00
Giovedì	12.00	20.30
Venerdì	09.00	21.00
Sabato	09.00	18.00
Domenica	09.00	12.30



**BIGLIETTI NUOTO LIBERO**

ADULTO	€ 7.00
RIDOTTO (3-12 anni)	€ 6,00
SPECIAL*	€ 5.50

\* L'ingresso special è applicabile solo a diversamente abili certificati e over 65; se la disabilità è pari al 100% l'accompagnatore non paga, è obbligatorio presentare CI e tessera di invalidità;

**ABBONAMENTI NUOTO LIBERO**

ABBONAMENTO 5 INGRESSI	€ 30,00 (Ingressi validi in tutti gli orari di apertura senza limite orario)
ABBONAMENTO SPECIAL	€ 25,00 (5 ingressi per diversamente abili e over 65 anni)

\*La scadenza di tutti gli abbonamenti è prorogabile; gli abbonamenti sono nominativi e non trasferibili.

**ABBONAMENTI RICARICABILI \***: (validi 60 giorni dalla data di emissione)

TAGLIO DA € 20,00

TARIFFE ABB. RICARICABILI: € 5.50 FINO A 60 min.; € 6.00 FINO A 90 min.; € 6.50 FINO A 120 min.; OLTRE € 7.00.

\* Qualora non venga effettuata nessuna ricarica entro UN ANNO dalla scadenza dell'abbonamento, il credito residuo verrà perso.

**REGOLAMENTO**

- Leggere attentamente le informazioni esposte nei cartelli informativi per il contrasto al covid e attenersi alle disposizioni del personale in servizio.
- E' obbligatorio l'uso della cuffia
- Accappatoio o salvietta personale devono essere chiusi in un sacchetto o borsa personale, appesi ai ganci o appoggiati sulle sedute delle tribune sempre mantenendo un minimo di distanza per evitare contatto

\* La Direzione assicura almeno n. 2 corsie in tutti gli orari di apertura; la chiusura dell'impianto avviene 15 min. successivi all'orario di chiusura delle vasche; la Direzione si riserva il diritto di restringere orari e disponibilità di spazi in funzione delle proprie esigenze.

# **NUOTO LIBERO E** **ACQUAFITNESS**

**Dal 17 maggio al 6 giugno 2021**

L'apertura dell'impianto avverrà in modalità estiva (tetto e porte aperte, solo tetto aperto, tetto chiuso e porte aperte).  
Pertanto si ricorda alla gentile clientela che:  
l'acqua è riscaldata; gli spogliatoi, le docce e gli asciugacapelli sono utilizzabili rispettando il distanziamento di almeno 1 metro. (max 20 persone).



**SPAZIO SPORT ONE S.S.D. a R.L.**  
Via J. F. Kennedy,3  
25036 Palazzolo sull'Oglio (BS)  
tel. 0307301711 - fax 0307407671  
E - Mail: [info@spaziosport-one.it](mailto:info@spaziosport-one.it)  
Internet: [www.acquadream](http://www.acquadream)

## CORSI FITNESS DAL 17/05/2021 AL 06/06/2021

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
9.15		GYM Francy			GYM Francy	9.50 BIKE Chiara	9.50 BIKE Rotazione
10.15		BIKE Francy			BIKE Francy		
12.30	GAG Chiara	GYM Francy	BIKE Francy	GAG Chiara	GYM Francy	10.45 GYM Chiara	10.45 GYM Rotazione
13.20	ACQUA DOUBLE Chiara	BIKE Francy	GYM Francy	ACQUA DOUBLE Chiara	BIKE Francy		
17.30	GYM Francy	BIKE Chiara	BIKE Francy	GYM Francy	BIKE Chiara		
18.30	BIKE Francy	TOTAL BODY Chiara	GYM Francy	BIKE Francy	GYM Chiara		

### NOVITA':

ACQUA DOUBLE ha l'obiettivo di tonificare il proprio corpo divertendosi. L'attività ci permetterà di creare un lavoro versatile e coinvolgente che andrà a stimolare tutti i gruppi muscolari sfruttando le diverse altezze dell'acqua (/v. media e v. piccola) anche con l'ausilio di piccoli attrezzi.

### I CORSI PARTIRANNO CON UN MINIMO DI 5 PARTECIPANTI

### E' OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE:

- entro la sera per i corsi programmati per la mattina seguente
- entro le 16.00 per i corsi programmati la sera



Memorizza il numero della piscina (030/7301711)  
e prenota la tua lezione!

### TARIFFE CORSI DI FITNESS

LEZIONE SINGOLA € 11,00

### ABBONAMENTI

ABBONAMENTO MENSILE (scadenza 30 giorni) € 90,00

ABBONAMENTO 10 INGRESSI (scadenza 60 giorni) € 99,00

### REGOLAMENTO CORSI FITNESS:

- ✓ LEGGERE ATTENTAMENTE LE INFORMAZIONI ESPOSTE NEI CARTELLI INFORMATIVI E ATTENERSI ALLE DISPOSIZIONI DEL PERSONALE IN SERVIZIO (RECEPTIONIST, ADDETTE ALLE PULIZIE E ASSISTENTI BAGNANTI)
- ✓ OGNI INGRESSO E' VALIDO PER UNA LEZIONE
- ✓ E' **OBBLIGATORIO L'USO DELLA CUFFIA O DI UNA FASCIA** CHE CONTENGA COMPLETAMENTE LA CAPIGLIATURA.
- ✓ GLI ATTREZZI DEL FITNESS A FINE LEZIONE DEVONO ESSERE LASCIATI SUL BORDO VASCA PER LE OPERAZIONI DI DISINFEZIONE
- ✓ LA DURATA DELLE LEZIONI E' DI 45 MIN; PER LE LEZIONI DI IDROBIKE I PRIMI 5' SARANNO DEDICATI ALLA REGOLAZIONE E MESSA IN ACQUA DELLE BIKES QUINDI LA DURATA TOT. DELLA LEZIONE SARA' DI 50 MINUTI
- ✓ E' OBBLIGATORIO, COME DA LINEE GUIDA REGIONALI, RILASCIARE I PROPRI DATI PERSONALI AD OGNI ACCESSO, SALVO CLIENTI ABBONATI; PERTANTO CONSIGLIAMO VIVAMENTE DI ACQUISTARE ABBONAMENTI PER EVITARE ATTESE
- ✓ LA CAPIENZA MASSIMA IN MODO CONTEMPORANEO IN OGNI SPOGLIATOIO E' DI N. 20 UTENTI; SI PREGA DI LIMITARE AL MASSIMO IL TEMPO DI CAMBIO/DOCCIA
- ✓ RISPETTARE GLI SPAZI DELINEATI SUL PAVIMENTO CONTRASSEGNA TI DA APPOSITI MARKER BLU.
- ✓ MANTENERE UN METRO DI DISTANZA DALLE ALTRE PERSONE
- ✓ ACCAPPATOIO O SALVIETTA PERSONALE DEVONO ESSERE CHIUSI IN UN SACCHETTO O BORSA E APPESI AI GANCI MANTENENDO UNA DISTANZA MINIMA DI SICUREZZA
- ✓ E' OBBLIGATORIA LA DOCCIA SAPONATA PRIMA DELL'INGRESSO (UTILIZZARE DOCCIA ALL'INTERNO DEGLI SPOGLIATOI O SUL PIANO VASCA)