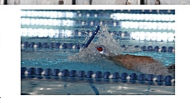
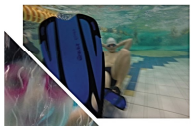
SCUOLA DI NUOTO
SCUOLA DI VITA



La nostra passione ci spinge a far scoprire il mondo acquatico a tutte le persone, condividendo le loro propensioni e capacità.
Ci piace, per ciascuno dei nostri soci, realizzare dei percorsi specifici, organizzando le frequenze ai corsi e la partecipazione alle attività, tenendo presente i loro impegni familiari, scolastici e lavorativi.
Siamo convinti che l'esperienza sportiva sia una palestra di vita se ricca di valori e sappia offrire momenti di confronto. Con questo spirito organizziamo occasioni di incontro, attività ricreative, momenti formativi per vivere pienamente lo slogan associativo "Ori e Valori".



>> **GIOCO BIMBI** rivolto ai medi e grandi (4/6 anni) e ai piccoli accompagnati dai genitori (2/3 anni). Un'occasione per avvicinarsi all'acqua in modo divertente e giocoso.

>> **PESCIOLINI** per avvicinare i bimbi (dai 6 ai 10 anni) all'acqua in modo divertente e sperimentare i primi rudimenti del nuoto e delle pinne.

>> **NUOTO BASE** per tutte le età e per chi non ha trovato il coraggio fin d'ora a muovere i primi passi nel nuoto.

>> **NUOTO AVANZATO** per migliorare i quattro stili di nuoto fondamentali.

>> **NUOTO LIBERO** anche con le pinne, per sperimentare la propria capacità acquatica e mantenersi in allenamento.

Un gruppo di persone che condivide un obiettivo può raggiungere l'impossibile.

>> **SIETE PRONTI A GIOCARE CON LE PINNE E LA MONOPINNA?** Requisito indispensabile: voglia di divertirsi, di mettersi in gioco e socializzare! Grazie all'esperienza maturata organizziamo allenamenti per ragazzi e adulti che vogliono avvicinarsi all'acqua.
Gli obiettivi che ci prefiggiamo sono il miglioramento dei quattro stili di nuotata (stile libero, dorso, rana e delfino) con eventuale utilizzo di pinne e altro materiale specifico del nuoto pinnato.

>> **NUOTO INTEGRATO - DIVERSAMENTE ABILI** il progetto "Nuoto Integrato" prevede, un percorso didattico mirato alla socializzazione e all'inclusione di atleti diversamente abili attraverso la pratica sportiva. Grazie agli allenamenti, alle gare e alle attività aggregative, si instaurano tra i partecipanti delle dinamiche di solidarietà e socialità.

>> **GINNASTICA DOLCE IN ACQUA** per scoprire l'acqua con gesti lenti, graduali, a basso impatto in modo da non richiedere ai muscoli e alle articolazioni eccessivi sforzi.

>> **SEZIONE AMBIENTE** può sembrare strano che un'associazione sportiva si occupi di ambiente, in realtà per noi lo sport è una crescita non solo fisica, ma anche etica, morale, soprattutto educativa quindi visto il legame con l'acqua non potevamo esimerci dall'affrontare tale tema.

Nel corso è previsto l'utilizzo di pinne e monopinna. Durante l'anno sono previste gare a livello regionale e nazionale di nuoto pinnato.

>> **ADULTI - MASTER** i corsi sono rivolti agli adulti che vogliono mantenersi in forma e sperimentare l'utilizzo delle pinne e della monopinna. Si offre la possibilità di partecipare a manifestazioni di nuoto pinnato sia in piscina che in acque libere.

>> **L'HOCKEY SUBACQUEO** è uno sport di squadra che permette di divertirsi in compagnia facendo attività fisica!

>> **CORSI PER ISTRUTTORI DI ATTIVITÀ NATATORIE.** Il corso abilita all'insegnamento di base delle attività acquatiche e del nuoto pinnato. Il brevetto è valido anche all'estero e permette di svolgere quest'arte nelle piscine di tutta Europa.

>> **TERZO TEMPO.** Ciò che ci distingue è l'attenzione per il gruppo e le famiglie. A fine di ogni appuntamento creiamo occasioni d'incontro.

>> **AVVIAMENTO AL NUOTO PINNATO** fanno parte della categoria esordienti i bambini fra gli 8 e i 12 anni di età. Il corso generalmente è bisettimanale e non sono richieste capacità specifiche. Per chi fosse interessato proponiamo anche la possibilità di partecipare ad alcune manifestazioni a livello regionale di nuoto pinnato a carattere promozionale.

>> **PRE-AGONISTI, AGONISTI** fanno parte dei pre-agonisti i ragazzi dai 13 ai 15 anni di età. Successivamente sarà l'allenatore a proporre ai ragazzi il passaggio nel gruppo degli agonisti.