

Programma Inverno 2013/2014

Corsi di Bay Watch dai 13 ai 17 anni

(corso di perfezionamento natatorio e iniziazione al salvamento)

<u>Giorni</u>	Mercoledì e Sabato
<u>Orari</u>	Mercoledì dalle 16.55 alle 17.40 e Sabato dalle 16.00 alle 16.45 Mercoledì dalle 17.45 alle 18.30 e Sabato dalle 16.50 alle 17.35

Programma	Dal	Al	Lezioni	Prezzo	Iscrizioni
1°	28 agosto	30 ottobre	19	€ 101,70	Tutti dal 03 Giugno
2°	2 novembre	21 dicembre	15	€ 80,30	Frequentanti dal 29/08 Residenti dal 16/09 Tutti dal 18/09
3°	8 gennaio	26 febbraio	15	€ 80,30	Frequentanti dal 02/11 Residenti dal 23/11 Tutti dal 25/11
4°	1 marzo	30 aprile	18	€ 96,30	Frequentanti dal 07/01 Residenti dal 28/01 Tutti dal 30/01
5°	3 maggio	14 giugno	13	€ 69,60	Frequentanti dal 01/03 Residenti dal 22/03 Tutti dal 24/03

Il Corso, indirizzato a nuotatori già esperti, mira all'acquisizione delle seguenti competenze:

Esplorazione e padronanza dell'elemento acqua e dell'ambiente - Disinvoltura e facilità di movimento e di azione - Padronanza delle tecniche di nuoto in vari stili con armonia e continuità d'azione - Autonomia nel nuoto in superficie - Capacità di equilibrio statico e dinamico - Nuoto in immersione.

Nell'ambito di questo corso è previsto, per chi è interessato e ha **compiuto 14 anni**, il rilascio dell'attestato di **"Abilità nel nuoto di Salvamento"**

in un'apposita prova dinanzi ad una commissione composta dal Coordinatore della Scuola Nuoto Federale e da un Maestro di Salvamento che sarà effettuata in 2 date:

il primo giorno utile di Giugno e il primo giorno utile di Novembre.

Per accedere alla prova è obbligatoria una frequenza minima continuativa di 4 mesi.

Le prove da superare sono:

- *Scivolamenti e galleggiamenti in varie posture.
- *Galleggiamento verticale con le braccia fuori per 10" in modo sicuro e disinvolto.
- *Nuotare in modo continuo 150 metri cambiando stile (50 stile libero, 25 trudgeon, 25 dorso, 25 rana, 25 stile con testa fuori).
- *Effettuare capovolte in acqua, per davanti e per dietro.
- *Nuotare 50 metri con due sottopassaggi da effettuarsi con azione di continuità.
- *Recuperare alcuni oggetti sul fondo della vasca.
- *Trasportare un oggetto, recuperato sul fondo.
- *Trasportare un compagno, mantenendo il suo volto fuori dall'acqua, per almeno 15 metri.

Il suddetto attestato permetterà, al compimento dei 16 anni, d'iscriversi al "corso abbreviato" per conseguire il brevetto di Assistente Bagnanti. Tale corso avrà così una durata di 26 ore anziché 40 e permetterà il conseguimento del Brevetto Federale per Assistente Bagnanti.

Notizie utili per i corsi di nuoto dei Ragazzi dai 13 ai 17 anni

Iscrizione annuale e assicurazione € 10,00, valida dal 1° ottobre al 30 settembre.

Non si accettano iscrizioni telefoniche.

Le varie promozioni e facilitazioni non sono cumulabili.

I corsi saranno effettuati a condizione che si raggiunga un numero adeguato d'iscritti.

N.B. La Direzione si riserva di apportare modifiche in qualsiasi momento.

Materiale occorrente

Un costume, una cuffia, un asciugamano o un accappatoio, un paio di ciabatte pulite.

Un sacchetto per le scarpe, una moneta da € 1,00 per l'armadietto.

Cosa va fatto prima di accedere agli spogliatoi

L'accesso agli spogliatoi è consentito solo 15' prima dell'inizio della lezione.

Lasciare le scarpe, chiuse in un sacchetto, sulle scarpriere e calzare ciabatte **pulite**.

E' severamente vietato, anche per gli accompagnatori, entrare con le scarpe.

Agli spogliatoi possono essere accompagnati solamente i bambini con età inferiore ai **6 anni**.

Invitare i bambini ad usare la toilette, anche se al momento non ne sentono la necessità.

Prima di accedere al piano vasca è obbligatoria la doccia saponata.

E' severamente vietato mangiare negli spogliatoi e in piano vasca e masticare gomma americana.

A fine lezione gli iscritti ai corsi dovranno abbandonare il piano vasca.

Durante l'ultima lezione del corso i genitori e i parenti sono invitati, muniti di ciabatte pulite, ad assistere alla lezione dei bambini.

Per ogni ulteriore informazione ci si può rivolgere alla segreteria.

Recuperi

Non si effettuano rimborsi. Eventuali ritiri si possono concordare solo prima dell'inizio dei corsi.

A corso iniziato non si possono recuperare lezioni. Si possono recuperare assenze consecutive corrispondenti ad almeno metà corso solo con comunicazione tempestiva alla segreteria e certificato medico.

In caso di presenza di "verruche" o della patologia del "mollusco contagioso" si invitano i genitori a esentare i bambini dall'attività natatoria per limitarne la diffusione ad altri bambini, darne comunicazione alla segreteria e sottoporre i bambini a trattamento specifico. In questo caso eccezionale l'importo economico delle lezioni perse verrà scalato da un pagamento successivo.