

**PISCINE E PALESTRE**

***stilelibero***



# **ATTIVITÀ**

# **2023 - 2024**

**dal 11.09.2023 al 08.06.2024**

## NUOTO BAMBINI

### BAMBINI 3-5 anni

lezioni bisettimanali di 40' - bimestrale di 16 lez.	€ 112,00
Lun/Gio 16.30 - 17.15 - 18.00	
Mar/Ven 16.30 - 17.15 - 18.00	
lezioni monosettimanali di 45' - bimestrale di 8 lez.	€ 64,00
Mer 16.30 - 17.15 - 18.00	
Sab 09.00 - 09.45 - 10.30 - 11.15 - 12.00 - 15.45 - 16.30 - 17.15	

### BAMBINI/RAGAZZI 6-15

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lez.	€ 112,00
Lun/Gio 16.30 - 17.15 - 18.00	
Mar/Ven 16.30 - 17.15 - 18.00	
lezioni monosettimanali di 45' - bimestrale di 8 lez.	€ 64,00
Mer 16.30 - 17.15 - 18.00	
Sab 09.00 - 09.45 - 10.30 - 11.15 - 12.00 - 15.45 - 16.30 - 17.15	

### SWIM TEEN - vedi regolamento squadre

Mer 18.15 + sab 14.30

### SCUOLA PALLANUOTO nati dal 2012 al 2015

vedi regolamento squadre - Lun/Gio dalle 18.45 alle 19.45

### LEZIONI INDIVIDUALI

- una lezione	€ 30,00
- pacchetto undici lezioni	€ 300,00
- persone con disabilità una lezione	€ 25,00
- pacchetto undici lezioni	€ 250,00

## SCUOLA NUOTO ADULTI

### RAGAZZI/ADULTI dai 15 anni

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lez.	€ 128,00
Lun/Gio 08.15 - 09.00 - 09.45 - 18.45 - 19.30 - 20.15 - 21.00	
Mar/Ven 07.30 - 08.15 - 09.00 - 18.45	
lezioni monosettimanali di 45' - bimestrale di 8 lez.	€ 64,00
Sab 08.15	

### SCUOLA NUOTO ANZIANI OVER 65

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lez.	€ 112,00
Lun/Gio 08.15 - 09.00 - 09.45	
Mar/Ven 07.30 - 08.15 - 09.00	

### SQUADRA MASTER NUOTO

lezioni di 90' - vedi regolamento squadre agonistiche	
Lun/Gio 21.00 + Mer 20.15	

### INTEGRAZIONE SALA FITNESS MENSILE

per gli iscritti ai corsi bisettimanali piscina e palestra: € 20,00 mese

## MAMME e BEBE'

### FUTURE MAMME e NEO MAMME- lezioni da 60'

10 ingressi/2 mesi	€ 100,00
INGRESSO SINGOLO SOCI	€ 12,00
Mar/Ven 9.45	

### BEBÉ in ACQUA

lezioni monosettimanali da 40' - bimestrale di 8 lezioni	€ 80,00
--	---------

### 4/24 mesi

Mar 09.00 - 15.45
Mer
Ven 09.00 - 15.45
Sab 9.40 - 10.20 - 11.00

### 24/36 mesi

Mar 09.00
Mer 15.45
Ven 09.00
Sab 9.00 - 11.40

# NUOTO LIBERO

## ORARI CON ABBONAMENTO

Lunedì	dalle 06.30 alle 14.30	turni da 45': 19.30 - 20.15
Martedì	dalle 06.30 alle 14.30	
Mercoledì	dalle 09.00 alle 14.30	turni da 45': 18.45 - 19.30
Giovedì	dalle 06.30 alle 14.30	turni da 45': 19.30 - 20.15
Venerdì	dalle 06.30 alle 14.30	
Sabato*	dalle 08.15 alle 14.30	
Domenica	dalle 09.00 alle 13.00	

## ORARI CON BIGLIETTO SINGOLO

Lunedì	dalle 08.15 alle 13.00
Martedì	dalle 08.15 alle 13.00
Mercoledì	dalle 09.00 alle 13.00
Giovedì	dalle 08.15 alle 13.00
Venerdì	dalle 08.15 alle 13.00
Sabato	dalle 12.00 alle 13.00
Domenica	dalle 09.00 alle 13.00

\* Vasca piccola solo dalle 12.00 alle 14.00

## TARIFE INGRESSI:

SOCI FERIALE	€ 6,50
NON SOCI	€ 7,50
OVER 65 e BAMBINI dai 3 ai 15 anni (solo accompagnati)	€ 5,50

## TARIFE ABBONAMENTI:

10 INGRESSI scad. 2 mesi	€ 50,00
10 INGRESSI over 65 scad 2 mesi	€ 40,00
10 INGRESSI MATTINA dalle 6.30 alle 7.30 scad 2 mesi	€ 40,00
MENSILE OPEN	€ 62,00

# ATTIVITÀ GINNICO MOTORIE APPLICATIVE ALLE DISCIPLINE DEL NUOTO

## ABBONAMENTO CORSI ACQUAFITNESS

(accesso consentito solo ai corsi con asterisco\*) 10 ingressi/2 mesi € 100.00  
INGRESSO SINGOLO SOCI ACQUAFITNESS € 12.00

## ACQUAGAG - IN ACQUA 120

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lezioni € 128.00  
Lun/Gio 10.30\* - 18.45\* - 19.30  
Mar/Ven 18.00 - 18.45

## ACQUAKICK (NEW) - IN ACQUA 120

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lezioni € 128.00  
Mar/Ven 19.30\*

## ACQUASOFT - IN ACQUA 190

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lezioni € 128.00  
Mar/Ven 11.15\*

## ACQUAGYM - IN ACQUA 190

lezioni bisettimanali di 45' - bimestrale di 16 lezioni € 128.00  
Lun/Gio 09.00\*  
Lun/Gio 13.00\*  
Mar/Ven 16.25\*

## SQUADRA AGONISTICA ACQUAFITNESS

vedi regolamento squadre agonistiche

# ATTIVITÀ SPORTIVE e GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

## GINNASTICA POSTURALE IN ACQUA

lezioni da 45' bimestrale di 16 lezioni € 160.00  
Lun/Gio 7.30 - 8.15

## ATTIVITÀ SPORTIVE e GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

### PILATES

lezioni bisettimanali da 60' - bimestrale di 16 lezioni	€ 112,00
Lun/Gio	09.00 - 18.00 - 19.00

### PILATES piccolo gruppo (max 10 persone)

lezioni bisettimanali da 60' - bimestrale di 16 lezioni	€ 144,00
Lun/Gio	17.00 - 18.00

## DANZE INTERNAZIONALI

### DANZA del VENTRE

Lezioni monoset. da 90' - bimestrale di 8 lezioni	€ 104,00	
Principianti	Lun	20.00
Esperti	Mer	19.30

## WUSHU KUNG FU TRADIZIONALE

### TAIJI QUAN

lezioni da 90' - bimestrale di 8 lezioni	€ 112,00
Mar	20.15

## ARTI MARZIALI

### KRAV MAGA - CORSO DI AUTODIFESA

lezioni da 90' - bimestrale di 8 lezioni	€ 80,00
Lun	20.00
Ven	20.00

### KARATE - bambini e agonisti

Ingresso prova recuperabile con iscrizione (con cert. medico valido): € 12,00  
Integrazione Sala Fitness mensile - per gli iscritti ai corsi bimestrali  
in piscina e palestra € 20,00/mese

## SALA FITNESS

### SWIM & FIT - LIGHT - ingresso entro le 14.00

Annuale	€ 30 al mese*	totale € 360,00
Semestrale	€ 36 al mese*	totale € 216,00
Trimestrale	€ 40 al mese*	totale € 120,00
Mensile	€ 50,00	

### SWIM & FIT - OPEN

Annuale*	€ 43 al mese*	totale € 516,00
Semestrale*	€ 50 al mese*	totale € 300,00
Trimestrale*	€ 59 al mese*	totale € 177,00
Mensile	€ 69,00	
10 ingressi/2 mesi	€ 69,00	

### SWIM & FIT - TEEN - UNDER 19 - ingresso entro le 16.30 e dalle 19.30

trimestrale	€36,00 al mese*	totale € 108,00
-------------	-----------------	-----------------

### SWIM & FIT - STUDENTE U24 - ingr. entro le 16.30 e dalle 19.30

trimestrale	€36,00 al mese*	totale € 108,00
-------------	-----------------	-----------------

### FIT FAMILY nell'orario di lezione del bambino

2 mesi/8 ingressi	5,00 € ad ingr.	totale € 40,00
2 mesi/16 ingressi	5,00 € ad ingr.	totale € 80,00

### STILELIBERO PREMIA I SUOI SOCI vedi regolamento

3° annuale consecutivo	€ 30,8 al mese*	totale € 370,00
4° annuale consecutivo	€ 27,5 al mese*	totale € 330,00
5° annuale consecutivo	€ 24,1 al mese*	totale € 290,00

Ingresso singolo soci (con tesseramento e certificato medico validi): €12,00  
Con gli abbonamenti SWIM&FIT sconto 20% sugli abbonamenti base Nuoto Libero

\* CON PAGAMENTO ANTICIPATO DI TUTTE LE MENSILITÀ PREVISTE

# SALA FITNESS

## PLANNING ORARI

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
8.00	8.00	9.00	8.00	8.00	9.00	9.00
14.00	14.00	14.00	14.00	14.00	13.00	13.00
16.00	16.00	16.00	16.00	16.00		
21.30	21.30	21.30	21.30	21.30		

Con **ABBONAMENTIO SWIM & FIT:**

**IMPARA A NUOTARE!** - Con l'abbonamento mensile hai 3 lezioni, con il trimestrale 6 lezioni, con il semestrale 8 lezioni e con l'annuale 16 lezioni di scuola nuoto. Programma le tue lezioni in segreteria in base alle disponibilità dei posti.

**MINI CLASS DI ALLENAMENTO** - durante gli orari sala fitness verranno organizzati dei mini appuntamenti a tema che puoi sfruttare per migliorare la tua tecnica di allenamento supervisionato dal nostro assistente di sala (orari nel sito)

# ATTIVITÀ SPORTIVE e GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

## GINNASTICA POSTURALE

lezioni bisettimanali da 60' - bimestrale di 16 lezioni	€ 144.00
Lun/Gio	16.00 - 19.00
Mar/Ven	18.00 - 19.00

## ATTIVITÀ FISICA ADATTATA per CARDIOPATICI e DIABETICI

mensile	€ 60.00
Mar/Ven	dalle 16.00 alle 18.00



## SERVIZIO PERSONAL TRAINER

Per ottenere migliori risultati con i tuoi allenamenti puoi farti seguire dai nostri P.T. - chiedi info in sala

## CONSULENZA NUTRIZIONALE

Abbina un piano alimentare ai tuoi allenamenti seguito dal nostro Biologo - Nutrizionista - Specialista dell'esercizio

## SQUADRE AGONISTICHE



**ACQUAFITNESS  
MASTER NUOTO  
PALLANUOTO  
NUOTO**



**NUOTO PINNATO**



**KARATE**



**SQUADRA SPECIAL OLYMPICS**

Orari e altre info su: [www.stilelibero-preganziol.com/agonismi-e-pre-agonismi/](http://www.stilelibero-preganziol.com/agonismi-e-pre-agonismi/)



**S4** + ENERGIA



**CARROZZERIA  
ZEROTINA**  
[www.carrozzeriazerotina.com](http://www.carrozzeriazerotina.com)



**B.M.T.**  
AUTOFFICINA

  
**Vision Ottica  
Venere**

[www.vettorazzo.it](http://www.vettorazzo.it)  
**VETTORAZZO**  
PUBBLICITÀ PER L'INDUSTRIA  
**articoli promozionali aziendali**

**S.I.L.L.**  
Lattonerie s.r.l.  
[www.sill-lattonerie.com](http://www.sill-lattonerie.com)

**PISCINE E PALESTRE**

***stilelibero***

Società Sportiva Dilettantistica ia A. Manzoni, 40 - Preganziol (TV)



0422 633870



391 3683923



stilelibero@terraglio.com



www.stilelibero-preganziol.com



stilelibero.preganziol



Stilelibero Preganziol



t.me/stileliberopreganziol

**FisioSPORTterraglio**



**ACCESSO ALLE ATTIVITÀ PREVIO TESSERAMENTO ANNUALE DI 25,00€  
e CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITA' SPORTIVA NON AGONISTICA VALIDO**