

# CORSO BABY

L'acquaticità è dolce, perché andremo in acqua per vivere la relazione con i nostri bambini in modo naturale, gioioso e giocoso.

L'acquaticità è dolce, perché solo le esperienze affettuose ci guidano ad uno sviluppo psicomotorio armonioso.

Nell'acqua che vivifica, come un piccolo animale anfibio, il nostro protagonista inizia da subito a sperimentare, acquistando un senso che non è solo spaziale, ma anche interiore: l'acqua per i nostri piccoli è uno straordinario laboratorio energetico e relazionale dove imparare a misurare e a misurarsi.

Nel nostro corso di acquaticità non ci sono idee forti, ma come genitori andremo a sviluppare la nostra capacità empatica e tonica, fatta di ascolto, attenzione e di tanto cuore, affinché possiamo accompagnare i nostri figli alla scoperta dal loro mondo e, perché no, anche dei loro limiti.

Il corso si svolge con un solo genitore ed il bambino, accompagnati da un istruttore (obbligatorio il pannolino contenitivo e la cuffia per il genitore).

Per partecipare al corso il bambino deve avere superato i tre mesi di vita (o avere fatto la prima vaccinazione) e potrà poi frequentarlo fino ai 36 mesi.

## NUOTO BABY 3 - 36 mesi

Lezioni da 30' €10/lez.

MAR.	H. 17:45	(12-36 mesi)
MER.	H. 16:20 H. 16:50	(3-12 mesi) (12-36 mesi)
SAB.	H. 08:50 H. 09:30 H. 11:00  H. 16:00 H.16:40	(18-36 mesi) (9-18 mesi) (3-9 mesi)  (9-18 mesi) (18-36 mesi)

## CALENDARIO CORSI

### I° CORSO – dal 09 settembre al 28 ottobre

Martedì	dal 12 sett.	al 24 ott.	7 lezioni
Mercoledì	dal 13 sett.	al 25 ott.	7 lezioni
Sabato	dal 16 sett.	al 28 ott.	7 lezioni

### II° CORSO – dal 30 ottobre al 20 gennaio

Martedì	dal 31 ott.	al 16 gen.	10 lezioni
Mercoledì	dal 08 nov.	al 17 gen.	9 lezioni
Sabato	dal 04 nov.	al 20 gen.	10 lezioni

### III° CORSO – dal 22 gennaio al 30 marzo

Martedì	dal 23 gen.	al 26 mar.	10 lezioni
Mercoledì	dal 24 gen.	al 27 mar.	10 lezioni
Sabato	dal 27 gen.	al 30 mar.	10 lezioni

### IV° CORSO – dal 08 aprile al 08 giugno

Martedì	dal 02 apr.	al 04 giu.	10 lezioni
Mercoledì	dal 03 apr.	al 05 giu.	9 lezioni
Sabato	dal 06 apr.	al 08 giu.	10 lezioni

# CORSO PREPARTO

Il momento della gravidanza è un momento delicato e meraviglioso. In questi mesi la donna va incontro a moltissimi cambiamenti che riguardano il suo corpo, le sue emozioni e le sue relazioni. Il corso ha l'obiettivo di offrire ad ogni donna in attesa uno spazio per potersi dedicare a sé stessa ed al proprio bambino.

Benefici del corso:

- Fisici: aumento delle capacità respiratorie, previene e riduce il gonfiore a gambe e caviglie, favorisce il rilassamento attraverso un'azione calmante del sistema nervoso, favorisce il drenaggio dei liquidi.
- Psicologici: attraverso l'acqua si favorisce il rilassamento ed un'azione calmante sul sistema nervoso, si approfondisce la relazione con il proprio nascituro, si riflette e si diventa più consapevoli del nuovo ruolo genitoriale, si affronta il cambiamento corporeo, psicologico e relazionale, attraverso il confronto si favorisce la condivisione e le relazioni con le altre partorienti si crea uno spazio tempo per riconoscere ed esprimere le proprie emozioni legate alla gravidanza.

## CORSO PREPARTO (Lezioni da 50')

Pacchetto 5 lezioni € 55,00

Lezione singola € 12,00

**CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO**

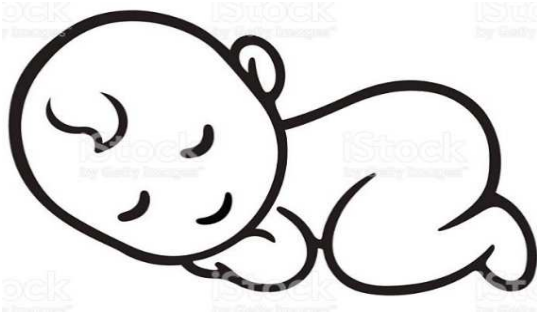


I BABY DAY sono **GRATUITI** e aperti a tutti; in queste occasioni potranno partecipare entrambi i genitori e gli eventuali fratellini.

Durante l'evento sarà effettuato un servizio fotografico.



**12 MAGGIO 2024**



## REGOLAMENTO

Tutti i clienti sono obbligati a rispettare il Regolamento esposto all'ingresso. Si consiglia la presa visione.

L'iscrizione ai corsi e gli abbonamenti sono nominativi e non possono essere ceduti ad altre persone.

L'orario e il giorno di frequenza non possono essere cambiati durante il corso.

Le lezioni di nuoto perse non sono recuperabili. In nessun caso potrà essere richiesto il rimborso (totale o parziale) di una quota già versata.

L'iscrizione al corso si ritiene effettiva solo dopo il versamento dell'acconto o della quota totale del corso. Il saldo dei corsi va effettuato entro e non oltre la prima lezione, come da calendario rilasciato all'atto dell'iscrizione.

L'orario dei corsi e del nuoto libero ed il calendario potranno subire variazioni a discrezione della Direzione. Ogni corso potrà essere sospeso a insindacabile giudizio della Direzione se non verrà raggiunto un numero minimo di partecipanti.

Non si assicura spazio acqua nella vasca piccola e nella vasca fitness.  
La disponibilità di vasche e corsie riservate al nuoto libero varia in funzione della disponibilità del Piano Vasca.

L'orario di ingresso in vasca deve essere quello indicato sul programma.

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

I bimbi più piccoli devono indossare obbligatoriamente un costume contenitivo e/o idoneo alla piscina.  
La cuffia è obbligatoria a partire dall'età di 1 anno.

Oltre la data di scadenza gli ingressi residui degli abbonamenti da 10 ingressi (sia Nuoto Libero che Fitness) non possono essere né utilizzati né recuperati.

Si chiede, laddove possibile, di non accompagnare i propri figli all'interno degli spogliatoi (**dall'età di 8 anni è sconsigliato l'ingresso ai genitori**).



Validità dal 11 Settembre 2023 al 08 Giugno 2024

## CORSI PREPARTO E NEONATALE



Acquarè Palazzolo



Instagram

acquare\_palazzolo

### SPAZIO NUOTO

Società Sportiva Dilettantistica s.r.l.  
via John Fitzgerald Kennedy3  
25036 Palazzolo sull'Oglio (BS)

tel. 030.7301711

web [www.piscinadipalazzolo.it](http://www.piscinadipalazzolo.it)

mail [segreteriaipalazzolo@acquare.it](mailto:segreteriaipalazzolo@acquare.it)

