



UISP PINEROLO NUOTO

Piscina Comunale di Pinerolo

V.le Grande Torino, 7 – 10064 Pinerolo (To)
Tel 0121377516 Fax 0121395039 - info@pinerolonuoto.it



Ciao a tutti!

Stufi di sole, mare, sabbia e gelati?! Eccoci pronti ad accogliervi per una nuova avventura che ha tutti gli ingredienti giusti per far sì che ancora una volta ci si possa divertire insieme!!!

Il tutto ripartirà a Settembre con i seguenti orari:

LUNEDI':	18.20-19.10 NUOTO
MERCOLEDI':	17.50-19.10 NUOTO
GIOVEDI':	17.20-18.20 NUOTO 18.20-19.10 Preparazione atletica (a secco)
SABATO:	12.00-12.45 Preparazione atletica (a secco) 12.45-14.00 NUOTO

L'attività inizierà in acqua e a secco il 17/09 per gli ESORDIENTI B1 (Maschi 2003/ Femmine 2004), mentre per gli ESORDIENTI B2 (Maschi 2002/ Femmine 2003) l'inizio in acqua sarà il 24/09 e nella prima settimana parteciperanno solo alla preparazione a secco.

La frequenza richiesta è di tutti e quattro gli allenamenti al fine di poter "crescere" tutti seguendo lo stesso percorso e nello stesso modo.

L'attrezzatura extra necessaria:

- Pantaloncini, maglietta, scarpe da ginnastica e tappetino e/o asciugamano per la preparazione a secco;
- Pinnette.

Vi chiedo di confermare o meno la Vostra partecipazione al numero 333/4693955 o all'indirizzo di posta elettronica ***pamela@pinerolonuoto.it***

A presto,

Pamela