

**NUOVA STAGIONE**

 **SWIM**   
**ACADEMY**

PALESTRA DELLA SALUTE

  
**RIJENERA**  
circuito nazionale palestre della salute  
CITTA' DELLA PIEVE

**Ti ricordi quando hai  
imparato a nuotare?**

**Una sensazione indescrivibile,  
sentirsi liberi nell'acqua.**

**PREVENDITE  
DAL 29 LUGLIO**



**SCUOLA NUOTO  
BAMBINI e ADULTI**

**CORSO GESTANTI**

**CORSI BABY NUOTO  
3-36 MESI**

**ACQUATICITA'  
3-4 ANNI**

**QUI A FUTURA, AIUTIAMO  
I BAMBINI A VIVERE  
QUESTA ESPERIENZA IN  
MODO SICURO  
E DIVERTEMENTE!**

**PROVA GRATUITA  
AFFRETTATI POSTI LIMITATI**

NUOVA STAGIONE

SWIM  
ACADEMY

## CORSI BABY NUOTO

Stimolano lo sviluppo motorio e la coordinazione, rafforzano il sistema immunitario, favoriscono l'autonomia e la sicurezza in acqua, creando un legame speciale tra genitore e bambino attraverso il gioco e il divertimento.



CON GENITORE  
IN ACQUA

## CORSO GESTANTI

Il corso è rivolto a tutte le future mamme. In acqua, l'assenza di gravità alleggerisce i dolori articolari, migliora la circolazione, la respirazione e aiuta a prepararsi al parto in un ambiente rilassante e sicuro.



## ACQUATICITA'

Sono corsi per bambini di 3-4 anni, fondamentali per la loro crescita e sviluppo. Stimolano la coordinazione, la forza muscolare e la consapevolezza del proprio corpo. Inoltre, l'acqua è un ambiente sicuro e divertente che favorisce l'autonomia e la socializzazione.



## CORSI NUOTO ADULTI

Questi corsi non servono solo a imparare a nuotare ma migliorano la forma fisica e la resistenza cardiovascolare, tonificano i muscoli, alleviano lo stress e favoriscono il benessere psicologico. Inoltre, nuotare è un'attività a basso impatto sulle articolazioni, adatta a tutte le età e aiuta a prevenire diverse patologie.

