



STAGIONE 2024/2025

Centro sportivo Comunale di Vinovo

ACQUALANDIA (0-36 MESI)

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Lunedì

Dalle 18:30 alle 19:00

Mercoledì, Venerdì

Dalle 18:30 alle 19:00

Mercoledì

Dalle 10:30 alle 11:00

Dalle 11:00 alle 11:30

Sabato

Dalle 9:30 alle 10:00

BABY WORLD (3-5 ANNI)

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Dal Lunedì al Venerdì

17:00-17:45 / 17:45-18:30

Sabato

10:00-10:45 / 10:45-11:30 / 11:30-12:15

ROAD TO SHARK (6-12 ANNI)

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Primo livello (6-9 anni) base + avanzato

Secondo livello (9-12 anni) base + avanzato

Dal Lunedì al Venerdì

Dalle 17:00 alle 17:50

Dalle 17:50 alle 18:40

Sabato

Dalle 10:00 alle 10:50

Dalle 15:00 alle 15:50



SWIM

NUOTO ARTISTICO (6-12 ANNI)

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Giovedì

Dalle 17:00 alle 17:50



STUDENT BASIC/STUDENT RACE (12-18 ANNI)

Possibilità di gareggiare nel circuito UISP

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Lunedì, Martedì, Giovedì

Dalle 17:50 alle 18:40

Venerdì

Dalle 17:50 alle 18:40 (solo student basic)

Sabato

Dalle 12:00 alle 13:30 (solo student race)

AVVIAMENTO ALLA PALLANUOTO

Maschile e Femminile

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Lunedì

Dalle 17:00 alle 17:50

NUOTO AGONISTICO

Informazioni alla mail: agonismo@vo2nuoto.com

ATTIVITA' POSTURALE

Richiedere informazioni presso la segreteria.

GESTANTI

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Mercoledì

Dalle 11:40 alle 12:30

SCUOLA NUOTO ADULTI

Dal 23/09/24 al 14/06/25

Lunedì, Mercoledì, Giovedì, Venerdì'

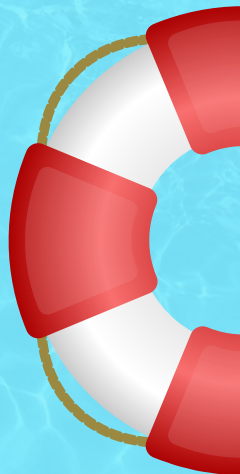
Dalle 19:20 alle 20:10

Martedì, Venerdì

Dalle 9:00 alle 9:50

Sabato

Dalle 9:00 alle 9:50



FITNESS IN ACQUA

Dal 09/09/24 al 31/07/25

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
Dalle 9:00 alle 9:45		ACQUA SENIOR	ACQUA TABATA		ACQUA TONE	
Dalle 10:00 alle 10:45		ACQUA SENIOR		ACQUAGYM		
Dalle 11:45 alle 12:30						ACQUA TONE
Dalle 12:30 alle 13:15	ACQUA KOMBAT		ACQUA TONE		ACQUA TABATA	
Dalle 13:30 alle 14:15		ACQUA INTENSIVE		ACQUA INTENSIVE		
Dalle 18:40 alle 19:30	ACQUA GAG	KOMBACT	ACQUA TABATA		ACQUA INTENSIVE	
Dalle 19:30 alle 20:15	ACQUA TONIC			ACQUA TONE (ORE 19:00)		
Dalle 19:30 alle 20:15						

GOLD

FORMULA

SUPER PROMO

FITNESS IN ACQUA

ACQUAGYM/HYDROBIKE/TREADMILL

La formula GOLD permette di accedere alle nostre attività di fitness in acqua organizzate negli impianti VO2 DEGA e VO2 VINOVO
Dal 09/09/24 al 31/07/25

Planning VO2 Nuoto DEGA

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
Dalle 9:00 alle 9:45		ACQUA POWER		ACQUA SENIOR		
Dalle 10:00 alle 10:45						
Dalle 11:45 alle 12:30						
Dalle 13:00 alle 13:45		ATHLETIC GYM		HYDROBIKE	HYDROBIKE	
Dalle 13:30 alle 14:15						
Dalle 18:40 alle 19:30		HYDROBIKE		ACQUA GYM		
Dalle 19:00 alle 19:50	ACQUA TREADMILL					
Dalle 19:30 alle 20:15		ACQUA TREADMILL		HYDROBIKE		

REGOLAMENTO

ISCRIZIONI: al momento dell'iscrizione ad una delle attività proposte dalla Vo2 Nuoto Torino dovrà essere compilata e consegnata in segreteria la documentazione necessaria (modulo di iscrizione) completa di copia del certificato medico in corso di validità per l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica (o agonistica in caso di atleta). I corsi inizieranno con un numero minimo di 3 iscritti.

CERTIFICATO MEDICO: il certificato medico di idoneità alla pratica sportiva deve essere consegnato in segreteria prima di iniziare qualsiasi attività sportiva (sono esonerati i bambini sotto i 6 anni). Non sarà consentito frequentare nessuna attività senza essere in regola con il certificato medico.

QUOTA DI ISCRIZIONE: la quota, da corrispondere al momento dell'iscrizione, ha validità 12 mesi dall'emissione. Tale quota è necessaria per la fruizione di qualunque attività ed è comprensiva delle opportune coperture assicurative in conformità alle attività sportive esercitate.

PAGAMENTO: il pagamento della quota di iscrizione e dell'importo dell'abbonamento all'attività sportiva devono essere saldati al momento dell'iscrizione. Laddove siano previste rateizzazioni è obbligatorio rispettare le date di scadenza stabilite, comunicate ed eventualmente concordate all'inizio del corso / stagione.

RECUPERI: per la scuola nuoto le lezioni si intendono consecutive. Tuttavia il pacchetto da 8 lezioni avrà un numero di recuperi pari a 1, il pacchetto da 16 lezioni avrà un numero di recuperi pari a 2, mentre il pacchetto da 24 avrà un numero di recuperi pari a 3.

Si ricorda che il recupero è una situazione eccezionale e straordinaria la cui possibilità è subordinata al numero degli iscritti nei vari corsi. Qualora il numero degli iscritti nell'orario richiesto fosse tale da non permettere l'inserimento del recupero, lo stesso potrà essere rifiutato. Per tale motivo i recuperi devono essere sempre concordati con il responsabile. Nel caso non ci si presenti alla data fissata per il recupero, questo verrà definitivamente perso.

Per tutte le altre attività le lezioni non è obbligatorio svolgerle consecutivamente. Il pacchetto lezioni va concluso entro 12 mesi dall'acquisto.

NUOTO LIBERO: Gli ingressi del nuoto libero non hanno scadenza.

SOSPENSIONE: qualsiasi abbonamento può essere sospeso per malattia con prognosi superiore ad un mese, adeguatamente documentata.

FESTIVITÀ: l'impianto rimarrà chiuso per tutte le festività nazionali. Ulteriori giorni di chiusura verranno comunicati tramite e-mail dalla segreteria in casi eccezionali e pubblicati presso l'atrio del centro e sul sito internet (www.vo2nuoto.com) durante tutto il periodo della stagione sportiva.

LEZIONI PRIVATE: la lezione privata concordata con l'istruttore, deve essere disdetta entro le 24 ore. Al mancato avviso, la lezione verrà scalata dal carnet.

LEZIONI BIKE: le lezioni di bike devono essere prenotate attraverso il contatto di segreteria o tramite app laddove presente. La mancata comunicazione di assenza entro le 12 ore antecedenti l'attività comporterà la perdita della lezione in caso di pacchetti lezioni e l'impossibilità di prenotarsi per le due lezioni successive in caso di abbonamento.

RECLAMI: per qualsiasi reclamo o contestazione è possibile scrivere tramite pec all'indirizzo vo2nuoto@pec.it; l'amministrazione provvederà a rispondere entro le 48 ore successive. Non verranno presi in considerazione lamentele o reclami presentati alle segreterie se effettuati con volgarità e maleducazione.



FITNESS

Centro sportivo Comunale di Vinovo



V02 NUOTO TORINO IN COLLABORAZIONE CON:

PALESTRE FENIX

PLANNING SALE FUNZIONALI

PLANNING SALA RED

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
Dalle 9:00 alle 9:50	BODY TONE		PILATES			PILATES
Dalle 9:30 alle 10:20		PILATES		PILATES		
Dalle 10:00 alle 10:50	PILATES				PILATES	MOVIDA
Dalle 11:00 alle 11:30						POUND
Dalle 13:30 alle 14:20	PILATES		BODY TONE		GAG	
Dalle 17:30 alle 18:20	BODY TONE	POWER YOGA	GAG			
Dalle 18:00 alle 18:50				BODY TONE	GAG	
Dalle 18:30 alle 19:20	PILATES	PUMP	TONE UP			
Dalle 19:00 alle 19:50				PILATES	PILATES	
Dalle 19:30 alle 20:20	ZUMBA	TONE UP	MOVIDA			



PLANNING SALA ORANGE

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Dalle 19:00 alle 19:50	SPINNING	SPINNING	PERSONAL	SPINNING	SPINNING
Dalle 20:00 alle 20:50		SPINNING	TRAINING	SPINNING	

PLANNING SALA BLACK

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
Dalle 10:00 alle 13:30	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE
Dalle 17:00 alle 19:00	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE
Dalle 19:00 alle 20:00	CIRCUIT TRAINING	CIRCUIT TRAINING	FUNZIONALE	CIRCUIT TRAINING	FUNZIONALE
Dalle 20:00 alle 20:30	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE	FUNZIONALE

