

# Bellinzona

Responsabile corsi di nuoto: Tatiana Crameri 079 731 13 40 scuolanuoto@turritanuoto.ch  
Responsabile acquagym: Fallon Ciapini 076 679 21 91 fallon.ciapini@turritanuoto.ch

## Corso ragazzi

Corso di nuoto per bambini e ragazzi dai 6 ai 15 anni

Lunedì 17:15 - 18:00 / 18:00 - 18:45  
Mercoledì 17:00 - 17:45  
Venerdì 17:15 - 18:00 / 18:00 - 18:45  
Sabato 11:00 - 11:45

Costo: 1a mezza stagione dal 2 ottobre al 23 dicembre 11 lezioni 193.-  
2a mezza stagione dall'8 gennaio al 19 maggio 16 lezioni 260.-

Chi si iscrive dopo l'inizio della stagione tariffe secondo tabella da chiedere al responsabile

## Corso adulti

Corso per adulti per imparare a nuotare o per migliorare il proprio stile.

Giovedì 19:15 - 20:00 Sabato 10:00 - 10:45

Costo: 6 lezioni 140.- / 12 lezioni 240.-

## Lezioni private della durata di mezz'ora

1 allievo 40.- / 2 allievi 60.- / 3 allievi 80.- / 4 allievi 90.-  
(entrata al CS non compresa nel prezzo)

## Acquagym

Corso di ginnastica in acqua bassa con la musica. Allena resistenza, mobilità, forza, coordinazione ed equilibrio. Adatto per ogni età e anche per i non nuotatori.

Lunedì 09:30 - 10:15 / 19:15 - 20:00  
Mercoledì 09:15 - 10:00 / 19:15 - 20:00  
Giovedì 18:00 - 18:45

Costo: 1 lezione 22.-, 6 lezioni 120.-, 4 mesi 330.-,  
stagione settembre/maggio orario mattino/serale 550.-

## NOVITÀ ACQUAGYM

Lunedì, mercoledì e giovedì 12:00 / 12:45

Abbonamento fascia oraria solo mezzogiorno stagionale  
settembre/maggio MASSIMO 3 VOLTE SETTIMANALI 400.-  
4 MESI solo mezzogiorno 240.-

Abbonamento completo acquagym tutte le attività settimanali  
settembre/maggio in tutte le fasce orario 880.-

# Giubiasco

Responsabile: Lorella Mozzini-Vellen 076 463 75 03  
corsigiubiasco@turritanuoto.ch

Corsi stagionali seguono il calendario scolastico

## Torpedo

Corso per bambini di prima e seconda elementare  
che hanno raggiunto almeno il 3° livello dei Kids Pass

Martedì: 17:30 - 18:15  
Venerdì: 16:45 - 17:45

Costo: 280.- una volta alla settimana  
350.- due volte alla settimana

## Nuoto per tutti

Per ragazze/i da 6 ai 15 anni livello minimo 3 Kids Pass.

Martedì 18:15 - 19:00 da 6 a 12 anni  
Giovedì 17:15 - 18:00 da 6 a 10 anni  
Giovedì 18:00 - 18:45 da 11 a 15 anni

Costo: 200.- una volta alla settimana  
280.- due volte alla settimana

## Nuoto sportivo

Per ragazze/i da 11 ai 18 anni che sappiano nuotare almeno 300 metri continui

Giovedì 18:45 - 20:15 Costo: 300.- una volta a settimana  
350.- due volte a settimana da svolgersi  
nelle due sedi di Giubiasco / Castione

## Corso adulti

Corso adulti diretto da monitore ESA per apprendere  
e migliorare gli stili

Mercoledì 19:15 - 20:15

Costo: 6 lezioni 120.- stagionale 350.-



Iscrizioni online richiesta su [www.turritanuoto.ch](http://www.turritanuoto.ch)