

DESCRIZIONE

I corsi di canottaggio per adulti (da 19 anni in su) sono corsi di 10 lezioni, per 2 ore di lezione ad incontro. I corsi sono per principianti e non sono richiesti requisiti d'ingresso eccetto una buona capacità natatoria.

ORARI DEI CORSI

I corsi programmati sono sempre consultabili sul sito www.amicidelfiume.it dove possono sempre essere consultati.

USCITE LIBERE POST-CORSO

Terminato il corso si ha accesso alle uscite assistite attraverso cui è possibile continuare a perfezionare quanto appreso durante il corso.

Le uscite si tengono nei seguenti orari:

- martedì e venerdì dalle ore 19 alle 21
- giovedì e sabato dalle ore 12 alle 14

Non c'è bisogno di prenotarsi per le uscite nè di pagare una quota per ogni uscita, basta presentarsi al pontile in quegli orari

PALESTRA

A partire da ottobre fino a metà aprile, data l'ora e la temperatura due sere alla settimana (in orari stabiliti dalla segreteria è a disposizione la palestra (sempre con un istruttore a dirigere le attività).

QUOTA ASSOCIATIVA

La quota associativa comprende:

- corso di 10 lezioni (20 ore)
- uscite assistite fino al 31 dicembre (negli orari stabiliti)
- palestra da metà ottobre ad aprile (negli orari stabiliti)
- iscrizione al Circolo
- assicurazione

CONVENZIONI

E' previsto inoltre uno sconto del 15% per dipendenti di Comune e Provincia di Torino, Regione Piemonte, CRAL Arpa, CRAL Reale Mutua, ALAclub, dipendenti Sews Cabind, State Street Bank, Social Club, AEDAM, CEIP e dipendenti e iscritti degli atenei torinesi.

INDICAZIONE PRATICHE

Per la pratica del canottaggio non è richiesto abbigliamento particolare: in estate van bene pantaloncini corti e maglietta, in inverno una tuta. E' possibile parcheggiare nel parcheggio all'interno.

CERTIFICATO MEDICO E ISCRIZIONI

E' richiesto un certificato di sana e robusta costituzione. L'iscrizione può essere formalizzata di persona in segreteria o telematicamente scrivendo alla segreteria.



Tutti i corsi e le attività sono gestiti da esperti istruttori riconosciuti dalla FIC

CORSI DI CANOTTAGGIO

SEGRETERIA

Corso Moncalieri 18, 10131 - Torino
Orario: da lunedì a venerdì 16.00 - 20.00
tel: 0116604121 fax: 011 3584879
email: segreteria@amicidelfiume.it sito WWW.AMICIDELFIUME.IT

Amici del Fiume