

STAGIONE 2026-2027



BELVEDERE

PASSIONE PER L'ACQUA

**SCUOLA NUOTO - AQUAFITNESS
NUOTO AGONISTICO - NUOTO MASTER
PALLANUOTO**



045 4641357

SCOPRI I NOSTRI SERVIZI!



SCUOLA NUOTO

TURNI

TURNI	DAL	AL
1	07.09.26	29.11.26
2	30.11.26	07.03.27
3	08.03.27	30.05.27

Corsi sospesi dal 24/12/26 al 06/01/2027

ORARI CORSI BAMBINI

LUN-VEN dalle 16:30
SAB mattina e pomeriggio
DOM mattina

Frequenza 1 o 2 volte a settimana



CORSI SUDDIVISI PER CAPACITÀ

BAMBINI 45'

LIVELLI	
Prime Bolle	3-35 mesi 40'
1	Stellina
2	Polipo
3	Pesce Spada
4	Delfino
5	Squalo
6	Barracuda

TEENAGER 60'

45'	BASE
	INTERMEDIO
	AVANZATO

Orari dei corsi in segreteria

ADULTI 45'

	BASE
	INTERMEDIO
	AVANZATO 60'

"IL MONDO SOMMERSO"

Un'esperienza di 6 livelli, ognuno collegato e propedeutico all'altro.



ASSENZE

Solo con presentazione certificato di malattia, verrà caricato 1 ingresso adulto + bimbo da utilizzare entro 2 mesi dalla data dell'assenza. Le lezioni perse non sono recuperabili come tali.

INFO UTILI

- Dai 6 anni compiuti è obbligatorio presentare il **certificato medico sportivo non agonistico compreso di ECG a riposo** (informazioni in segreteria).
- Al momento dell'iscrizione verranno richiesti anche:
 - 5€ di cauzione per attivare la tessera magnetica
 - 20€ per la quota associativa comprensiva di assicurazione
 - 5€ cauzione per la tessera doccia/phon + 0,25€ ricarica

AGONISMO

“La soddisfazione di allenarsi serenamente”

Gestiamo tutte le categorie del nuoto agonistico:

- Pre-agonistica (Propaganda)
- Esordienti A e B
- Categoria

NUOTO



Per gli ex-agonisti e per gli amanti del nuoto.
Allenamenti per migliorare la tecnica e per mettersi
alla prova nel circuito di gare Master.
Il tutto con spirito di squadra TSI.

MASTER



Dall'avviamento della pallanuoto alla partecipazione
nelle categorie *Under 12*, *Under 14* e *Under 16*,
abbiamo un florido settore giovanile che
può dare sbocchi alle categorie maggiori.

PALLANUOTO



AQUAFITNESS

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
9:15						BIKE
10:00						BIKE
9:30	BIKE	BIKE	GYM	BIKE	BIKE	
10:15	GYM	BIKE	BIKE	GYM	GYM	
11:30	GEST					
13:00	BIKE	SLIM	BIKE	BIKE	BIKE	
13:45	CIRCUIT	BIKE	JUMP	SLIM	CIRCUIT	
14:30					WALK	
18:15		WALK		SLIM	SLIM	
18:30	SLIM		SLIM			
19:00		JUMP		JUMP	BIKE	
19:15	BIKE		BIKE			
19:45		BIKE		BIKE		

BIKE: hydrobike è un allenamento cardiovascolare ciclico e omogeneo a ritmo di musica che vede l'acqua come forza di opposizione. Difficoltà: ●●●○

AQUASLIM: attività a corpo libero svolta sulla pedana con profondità dell'acqua ad 1,15mt. Questo permette un lavoro ottimale anche a chi non sa nuotare. Difficoltà: ●●●○

CIRCUIT: attività ad alto impatto svolta su pedana e mirata ad allenare tutto il corpo con l'ausilio di grandi attrezzi. Difficoltà: ●●●●

AQUAJUMP: protagonista è il tappeto elastico, indicato per il potenziamento muscolare senza però provocare rischi o traumi alle articolazioni. Difficoltà: ●●●○

AQUAGYM: si svolge in galleggiamento con ausilio di **cinture galleggianti**, in questo modo il corpo subisce meno impatto articolare. Difficoltà: ●●○○

AQUAWALK: attività che utilizza come strumento principale un tapis roulant meccanico. L'effetto aerobico e cardiovascolare sono garantiti. Difficoltà: ●●●○

GESTANTI: migliora la circolazione e l'elasticità dei tessuti, riducendo i malesseri tipici della gravidanza a favore del rilassamento e benessere della mamma e del bambino.

ABBONAMENTI

	AQUAFITNESS			PILATES LUN 8:30	
	1 VOLTA a settimana	2 VOLTE a settimana	3 VOLTE a settimana	INTERO	OVER 60
MENSILE	44 €	84 €	120 €	40 €	36 €
BIMESTRALE	84 €	160 €	228 €	72 €	64 €
TRIMESTRALE	114 €	228 €	342 €	108 €	96 €

ABBONAMENTI OVER 60

	1 VOLTA a settimana	2 VOLTE a settimana	3 VOLTE a settimana
MENSILE	28 €	52 €	78 €
BIMESTRALE	52 €	104 €	156 €

	INTERO	OVER 60
LEZIONE SINGOLA	15 €	9 €
10 INGRESSI (validi 3 mesi)	120 €	

LEZIONI PERSE: solo con preavviso di almeno 12 ore prima della lezione sono recuperabili entro il termine dell'abbonamento in corso.

E' **obbligatorio presentare il certificato medico sportivo non agonistico** compreso di ECG a riposo (informazioni in segreteria).

Al momento dell'iscrizione verranno richiesti anche:

- 5€ di cauzione per attivare la tessera magnetica
- 20€ per la quota associativa comprensiva di assicurazione
- 5€ cauzione per la tessera doccia/phon + ricarica

N.B. I prezzi sono calcolati su 4 settimane. Se il mese avesse un numero diverso di giornate, il prezzo sarà calcolato in proporzione. L'abbonamento va acquistato per intero, non è possibile scalare lezioni.

NUOTO LIBERO

INGRESSI SINGOLI

	INTERO	RIDOTTO*
GIORNALIERO	6,40 €	5,20 €
PAUSA PRANZO** (12:30 - 15:00)	4,60 €	**SABATO E DOMENICA ESCLUSI
SERALE** (19:00 - 21:00)	4,60 €	

***Ridotto dai 3 ai 13 anni, oltre i 60 anni e militari.**

I ragazzi sotto i 14 anni devono essere accompagnati in vasca da un maggiorenne pagante. Gli eventuali sconti non sono cumulabili.

ABBONAMENTI

	INTERO	RIDOTTO*
10 INGRESSI (valido 2 mesi)	57,60 €	46,40 €
10 INGRESSI PAUSA PRANZO/SERALI (valido 2 mesi)	41,40 €	
10 ORE (valido 2 mesi)	39 €	
1 MESE	80,80 €	67,40 €
3 MESI	190 €	

REGOLAMENTO
CORSI E ABBONAMENTI



Attività e **tariffe agevolate** per portatori di disabilità. Informazioni in segreteria.

ORARI

ORARI VASCHE

		ABBONATI
LUN, MAR	8:00 - 21:00	Dalle 7:30
MER	8:00 - 20:00	
GIO	8:00 - 19:45	
VEN	8:00 - 20:00	
SABATO	8:00 - 19:30	
DOMENICA	9:00 - 13:30	Dalle 8:30

ORARI SEGRETERIA

LUN - GIO	8:00 - 20:30
VEN	8:00 - 20:00
SABATO	8:00 - 19:00
DOMENICA	9:00 - 13:00

FESTIVITÀ E CHIUSURE

1/11/2026	CHIUSO
08/12/2026	CHIUSO
24/12/2026	8:00* - 13:00 (no corsi)
25-27/12/2026	CHIUSO
28-30/12/2026	8:00* - 19:00 (no corsi)
31/12/2026	8:00* - 13:00 (no corsi)
1-3/01/2027	CHIUSO
4-5/01/2027	8:00* - 19:00 (no corsi)
06/01/2027	CHIUSO
28-29/03/2027	CHIUSO
25/04/2027	CHIUSO
1/05/2027	CHIUSO
02/06/2027	APERTO (no corsi)

*per gli abbonati l'accesso sarà garantito sempre mezz'ora prima

CONTATTI

CONTATTI



Via Montelungo, 5
37131, Verona



www.teamsportisola.it



045 4641357



piscinebelvedere@teamsportisola.it



Piscine Belvedere



@tsibelvedere

Non perderti nessuna delle nostre iniziative!

Seguici sul comodo **CANALE WHATSAPP** scannerizzando il **QR CODE**.



OTTICA *Sofia*
OPTICAL GALLERY

Burgerino
AMERICAN GRILL