

**L'ARS – ASSOCIAZIONE ROMANA SPORTIVA
ORGANIZZA CORSI DI ACQUA GYM
PRESSO IL CIRCOLO DEGLI ESTERI
NEI MESI DI GIUGNO E LUGLIO 2018 - DAL MARTEDÌ AL VENERDÌ
RISERVATI AGLI ISCRITTI AL CIRCOLO DEGLI ESTERI**



per mantenersi in forma e ... snellire e tonificare il corpo in acqua

INIZIO CORSI: MARTEDÌ 19 GIUGNO 2018

ORARIO: DALLE ORE 10.15 ALLE ORE 11.05

I corsi sono riservati unicamente ai Soci del Circolo in regola con il pagamento della quota sociale per l'anno 2018. Per poter frequentare le lezioni è **necessario presentare il certificato medico di sana e robusta costituzione e di idoneità alla pratica sportiva non agonistica**. È obbligatorio effettuare l'iscrizione prima di entrare in acqua, quindi si consiglia, per il primo giorno, di arrivare 30 minuti in anticipo per formalizzare l'iscrizione direttamente con gli insegnanti o assistenti presenti.

Per gli iscritti al Circolo che non sono iscritti ai corsi della Palestra sarà necessario effettuare la tessera associativa di € 18 valida per la partecipazione a tutti i corsi sportivi proposti dall'ARS. La tessera include anche il tesseramento a Ente Sportivo riconosciuto dal CONI. Sarà necessario, inoltre, compilare la scheda d'iscrizione; sarà rilasciato dall'ARS un Tesserino strettamente personale che dovrà essere esibito prima dell'inizio della lezione all'insegnante che provvederà a timbrarlo.

Quote d'iscrizione ai corsi

- **TESSERINO MAXI:** dà diritto a partecipare a 10 lezioni al costo di € 100;
- **TESSERINO MINI:** dà diritto a partecipare a 4 lezioni al costo di euro € 50;
- **LEZIONE SINGOLA:** dà diritto a partecipare a una sola singola lezione al costo di € 15.

I corsi saranno attivati con un minimo di 8 iscritti.

Gli iscritti al Circolo interessati a un corso pomeridiano possono inviare una mail all'ARS, indicando la fascia oraria di preferenza. Il corso verrà attivato, compatibilmente con la disponibilità del Circolo e degli insegnanti, se sarà raggiunto il numero minimo di 8 partecipanti.

Si consiglia di indossare costume sportivo, scarpette da piscina, accappatoio.

È OBBLIGATORIO L'USO DELLA CUFFIA.

Ti aspettiamo!

ASSOCIAZIONE ROMANA SPORTIVA
ISEF - IUSM - ISTRUTTORI FEDERALI

➤ cell. 339 5320032 - cell 347 6163818

info@ars80.com

www.ars80.com