

TARIFFE

NORME DI COMPORTAMENTO E NORME IGIENICO – SANITARIE

- E' obbligatorio cambiarsi negli spogliatoi di riferimento, ove è vietato trattenersi oltre i tempi normali di vestizione ed asciugatura dei capelli. E' buona norma un utilizzo non prolungato di docce e phon, per evitare agli altri utenti attese prolungate ed un uso sconsiderato di acqua ed energia.
- L'accesso agli spogliatoi è consentito solo dieci minuti prima dell'inizio dell'attività.
- Prima di accedere alle vasche, gli utenti sono tenuti a rimuovere dal corpo eventuali prodotti cosmetici e a fare la doccia saponata. E' obbligatorio il passaggio nelle vaschette lavapiedi.
- Negli spogliatoi e nei locali di servizio, non è consentito l'utilizzo di calzature comuni ed è obbligatorio l'uso d'idonee calzature antiscivolo, utilizzate esclusivamente per la piscina e pulite. E' consentito agli accompagnatori l'utilizzo di calzari monouso solo nei locali spogliatoio; non è concesso l'ingresso in vasca agli accompagnatori e/o genitori.
- E' consentito ai genitori l'accesso negli spogliatoi solo per accompagnare bambini al di sotto degli otto anni. Ai bambini al di sopra degli otto anni è vivamente consigliato di accedere agli spogliatoi autonomamente. La Polisportiva, ove possibile, fornisce personale addetto allo spogliatoio.
- Per l'ingresso in acqua è obbligatorio l'uso della cuffia.
- Per i bambini fino ai 30 mesi è obbligatorio il pannolino da acqua + il costume contenitivo nella misura corretta da evitare spiacevoli fuoriuscite che apporteranno danno all'impianto e agli altri soci
- E' consentito l'ingresso in acqua solo alla presenza dell'istruttore. E' tassativamente vietato entrare in acqua senza la presenza di personale di assistenza.
- E' vietato l'ingresso in acqua in presenza di ferite, escoriazioni o abrasioni della cute che determinino, o possano ragionevolmente determinare, emorragie ematiche, anche se lievi. In ogni caso l'utente è sempre tenuto a uscire immediatamente dall'acqua, ogni qualvolta fosse soggetto a casi di emorragia di qualsiasi tipo (ad esempio epistassi nasale).
- Il Responsabile di vasca può richiedere, in via precauzionale, la sospensione, seppure temporanea, delle attività per gli utenti che presentassero evidenti o sospette patologie dermatologiche, almeno fino alla presentazione, da parte degli utenti interessati, di un certificato medico che dichiari l'assenza di patologie dermatologiche di carattere infettivo e quindi l'idoneità alle attività di tipo comunitario presso la piscina.

ATTIVITA' ASSOCIATIVE e COMMERCIALI

- Le attività associative sono riservate esclusivamente ai soci che devono presentare, prima dell'iscrizione all'attività associativa prescelta, apposita domanda di adesione all'Associazione Sportiva e provvedere, quindi, al relativo versamento della Quota associativa che ha durata per la stagione sportiva in corso.
- La tessera associativa ed assicurativa UISP è valida per tutta la stagione sportiva, dal 1° settembre al 31 agosto dell'anno successivo.
- Per tutte le attività associative, compreso il nuoto libero soci, è obbligatorio il certificato medico, da presentare all'atto dell'iscrizione.
- Per agevolare al massimo i soci, l'Associazione prevede l'eventuale ritiro o sospensione dalle attività associative solo per gravi e giustificati motivi (ricoveri ospedalieri, interventi chirurgici, fratture ossee, lutti familiari o altre gravi motivazioni qui non descritte, che l'Associazione si riserva di valutare), previa tempestiva consegna delle certificazioni di merito. L'attività sarà sospesa solo da quel momento e le lezioni precedenti non saranno quindi recuperabili. Dal momento della sospensione, saranno considerate le lezioni rimanenti già pagate, e tale credito sarà scalato dal rinnovo del turno successivo

Giorni di Chiusura Corsi

1 Nov 2018 8 Dic 2018 Dal 23/12/2018 al 6/01/2019
19/04– 25/04/19 25 Apr 2019 1 Mag 2019 2 Giu 2019



PISCINA COMUNALE DI ROBASSOMERO

A.F.A
**RIEDUCAZIONE
FUNZIONALE**
LEZIONI INDIVIDUALI
STAGIONE 2018/2019



Contatto Segreteria **+39 011 18 84 32 40**
Mail. segreteriarobassomero@riverborgaro.it
Web . www.riverborgaro.it

Piazza degli Alpini, 4 10070 Robassomero

Polisportiva UISP River Borgaro

[piscina_robassomero](https://www.instagram.com/piscina_robassomero)

LEZIONI INDIVIDUALI HC

1 LEZIONE	4 LEZIONI	10 LEZIONI
15.00€	60.00€	150.00€

LEZIONI PRIVATE

	1 LEZIONE	4 LEZIONI	10 LEZIONI
1 PERSONA	30.00€	120.00€	250.00€
2 PERSONE	45.00€	180.00€	400.00€

LEZIONI RIEDUCAZIONE FUNZIONALE

	1 LEZIONE	4 LEZIONI	10 LEZIONI
1 PERSONA	35.00€	140.00€	300.00€

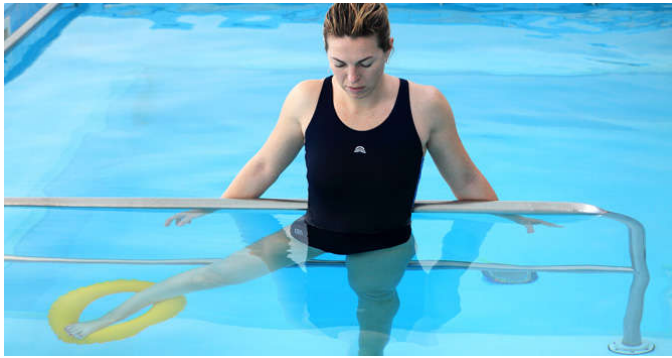
RIVER BORGARO PER L'AMBIENTE

Docce ad erogazione temporizzata per l'uso controllato di un bene prezioso

Phon ad erogazione temporizzata per eliminare gli sprechi e una maggiore sicurezza

Efficienza energetica per risparmiare energia e usarla in maniera efficace!





Rieducazione Funzionale

Che cos è?

La rieducazione funzionale è il ripristino della corretta funzione di un distretto corporeo nella globalità sistemica del corpo stesso. Consigliata a seguito di traumi o interventi chirurgici, per patologie ortopediche in cui si presenti una ridotta capacità funzionale, quindi una impossibilità o una riduzione allo svolgimento della corretta funzione di un segmento corporeo con possibile conseguente riduzione della funzionalità corporea in toto.

Scopo dell'attività è rieducare, attraverso metodiche congrue e specifiche, la corretta funzione. Ciò avviene attraverso la messa in opera di tecniche attive e/o passive di rieducazione motoria mirate al recupero della mobilità articolare, del tono muscolare degli schemi posturali e motori originali.

La rieducazione funzionale è indicata per tutte le situazioni a carico dell'apparato osteoarticolare e muscolo-scheletrico che comportino rigidità delle articolazioni, dolori muscolari, dolori articolari, dolori dell'apparato muscolo-legamentoso.

A chi è rivolta?

A chi vuole consolidare i risultati ottenuti con la terapia fisica, la riabilitazione, l'osteopatia.

A chi vuole fare prevenzione riguardo patologie causate dalle cattive posture e abitudini comportamentali a cui siamo costretti nella vita di relazione

A chi rispetta il proprio corpo e vince la pigrizia per investire in salute.

La rieducazione funzionale in acqua trova applicazioni sia in campo preventivo che curativo, risulta infatti coadiuvante in numerose problematiche, acute e croniche, muscolo-scheletriche, reumatiche, neuromuscolari/neuromotorie, neurodegenerative, circolatorie, psichiche e di dispercezione corporea.

È indicato per tutte le età e poche sono le controindicazioni.

Lezioni private

Per chi desidera imparare a nuotare o affinare il proprio stile, con l'assistenza completa di un istruttore personale.

Lezioni individuali per diversamente abili

Con istruttore qualificato e spogliatoi adibiti per HC

A.F.A. IN ACQUA

Che cos è?

L'attività Fisica Adattata permette di beneficiare di esercizi non sanitari, appositamente designati per soggetti con sintomatologie croniche, finalizzati alle modifiche dello stile di vita e al miglioramento della stessa. L'AFA è un programma di attività fisica adattata per specifiche condizioni di salute, riguarda soprattutto le persone adulte e anziane, che presentano condizioni dolorose ricorrenti e/o riduzione delle capacità funzionali da malattie pregresse.

I programmi di AFA sono adatti a prevenire la perdita di capacità motorie, e al riacquisto di quelle perse, attraverso il movimento svolto in gruppo e guidato da un istruttore qualificato e laureato in scienze motorie. L'attività ha una durata di 50min.

Come si svolge?

Ginnastica di gruppo in acqua che prevede movimenti dolci, lenti e controllati, seguendo un protocollo di esercizi predefiniti, proposti da un istruttore qualificato al fine di migliorare i disturbi derivanti da particolari condizioni fisiche e situazioni dolorose a carico dell'apparato muscolo scheletrico.