



## Corsi Gestanti

<b>Lun</b>	12:00	10 lezioni € 115,00
<b>Gi</b>	12:00	20 lezioni € 210,00
<b>Ven</b>	19:00	

60'

## Relax a Coppie

in vasca fisioterapica 32°

€ 20,00 a coppia

60'

Mercoledì ore 19:15

L'acqua è un elemento che attrae, contiene, accarezza, avvolge; è uno dei simboli della femminilità, evoca inconsciamente per ciascuno il suo mezzo originale, il liquido amniotico, la madre. In gravidanza l'impatto con questo elemento è ancora più profondo ed efficace in quanto si è già in uno stato di naturale apertura, regressione e vulnerabilità. Quale modo migliore per la coppia del lasciarsi andare, accarezzare, trasportare e rilassare in acqua per iniziare a prendersi cura del proprio bambino. Un'ora dedicata alla famiglia che sta nascendo lontano dallo stress e dalla frenesia quotidiana.



## Acquaticità

3-8 mesi	<b>Lun</b> 16:30	<b>Mar</b> : 9:30
	<b>Mer</b> 16:30 - 17:30	
	<b>Sab</b> 8:30 - 9:30 - 10:30 - 14:30	
	<b>Dom</b> 9:00	in vasca fisioterapica 32°
9-18 mesi	<b>Lun</b> 16:00 - 17:00	<b>Mar</b> 9:00
	<b>Mer</b> 16:00 - 17:00 - 18:00	<b>Ven</b> 16:30
	<b>Sab</b> 9:00- 10:00 - 11:00 - 11:30 - 15:00	
	<b>Dom</b> 9:30 - 10:00	in vasca fisioterapica 32°
19-36 mesi	<b>Mar</b> 17:50 - 18:20	<b>Mer</b> 18:00
	<b>Gio</b> 10:00 - 16:00 - 16:30 - 17:00	
	<b>Ven</b> 17:05 - 17:35	
	<b>Sab</b> 9:00 - 9:30 - 10:00 - 10:30 - 15:40	
14 lezioni € 217,00		
15 lezioni € 232,50	16 lezioni € 248,00	

## Mamma Fitness

in vasca fisioterapica 32°

**Gio** 9:00

16 lezioni € 264,00

45'

## Super baby

dal 25.09 al 01.02  
corso del distacco  
dai 2 e mezzo ai 3 e mezzo anni

40'

<b>Lun</b>	17:40	
<b>Mar</b>	17:10	15 lezioni € 210,00
<b>Mer</b>	17:20 - 18:30	16 lezioni € 224,00
<b>Gio</b>	17:40 - 18:20	17 lezioni € 238,00
<b>Ven</b>	18:10	
<b>Sab</b>	11:00 - 11:40 - 16:10	
<b>Dom</b>	11:15	



## Fitness

dal 25.09 al 01.02

<b>Corpo libero</b>	5 lezioni € 90,00	16 lezioni € 192,00
	32 lezioni € 336,00	

45'

Acqua Gym	<b>Lun</b> 9:45	<b>Gio</b> 13:00
	<b>Mar</b> 9:45-18:45	<b>Sab</b> 13:15
	<b>Mer</b> 11:15-17:15-20:15	<b>Dom</b> 9:15
	<b>Ven</b> 9:45-15:45- 20:15	
Acqua Cross Training	<b>Lun</b> 13:00 - 15:45 - 19:30	
	<b>Mer</b> 9:00 <b>Gio</b> 18:45	
Acqua Pilates	<b>Lun</b> 10:30 - 11:15 - 12:00	
	<b>Mar</b> 13:15	
	<b>Gio</b> 9:00 - 11:15 - 12:00	
	<b>Ven</b> 19:30	corso di avvicinamento all'acqua pilates
Acqua Benessere	<b>Lun</b> 14:30	<b>Gio</b> 14:30
	<b>Mar</b> 9:00	<b>Ven</b> 9:00
	<b>Mer</b> 10:30	

<b>Attrezzi</b>	5 lezioni € 100,00	16 lezioni € 216,00
	32 lezioni € 368,00	

## Teenager

dal 25.09 al 01.02  
Requisito: saper nuotare i 4 stili

45'

<b>Lun</b>	17:45	15 lezioni € 180,00
<b>Mar</b>	18:30	16 lezioni € 192,00
<b>Gio</b>	17:00 - 18:30	17 lezioni € 204,00
<b>Ven</b>	17:00 - 18:30	Biset. 31 lezioni € 325,50
<b>Sab</b>	17:50	32 lezioni € 336,00
		33 lezioni € 346,50

## Scuola nuoto adulti

dal 25.09 al 01.02

45'

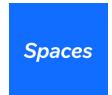
5 lezioni € 90,00  
16 lezioni € 192,00  
32 lezioni € 336,00

<b>Lun</b>	8:30 - 9:15 - 10:00 - 13:00 - 15:30	
	18:30 - 19:15 - 20:00	
<b>Mar</b>	15:30 - 19:15 - 20:00	
<b>Mer</b>	13:00 - 18:00 - 18:45	
<b>Gio</b>	8:30 - 9:15 - 10:00 - 15:30 - 17:45	
	19:15 - 20:00 - 20:45	
<b>Ven</b>	7:45 - 8:30 - 13:00 - 15:30 - 17:45 - 20:45	
<b>Sab</b>	8:15 - 9:00 - 9:45 - 10:30	

Prenotazione obbligatoria per tutti i corsi di fitness e scuola nuoto adulti



WWW.PISCINEPONTE.COM

CODICE INVITO  
EEWUIUSCONTO  
10%Per tutti i residenti nei  
comuni convenzionati



## Squadra Agonistica

Per info rivolgersi al Direttore sportivo

## Psicomotricità

edutiva in acqua

Per info rivolgersi alla reception

## Idrokinesiterapia

Consiste nella riabilitazione di patologie neurologiche, ortopediche e infantili, sfruttando i benefici che l'acqua è in grado di offrire.

Si effettuano sedute fisioterapiche singole (rapporto 1:1), sedute fisioterapiche di piccolo gruppo, corsi di recupero motorio o mantenimento post fisioterapico.

## All in One

Abbonamento mensile/trimestrale/semestrale/annuale ad ingressi illimitati per nuoto libero, acqua fitness, corso nuoto adulti, e parco estivo.

## Promo over 65



### sconto 25%

Acqua Fitness  
Corsi di Nuoto  
All in One

promozione riservata ai  
residenti nei comuni  
convenzionati



## Regolamento

## ORARI RECEPTION

per iscrizioni

Lunedì - Venerdì	8:00 - 21:30
Sabato	8:00 - 18:30
Domenica	9:00 - 13:30

## APERTURA IMPIANTO PER NUOTO LIBERO

da Lunedì a Venerdì	6:30 - 22:00
Sabato	8:00 - 19:00
Domenica	9:00 - 19:00

## Nuoto Libero

Fasce orarie su prenotazione tramite:

**telefonicamente** 0350745842 - 3756281319  
**sito internet**



WWW.PISCINEPONTE.COM

APP



CODICE INVITO  
EEWUIU

### Nuoto libero € 7,50

Abbonamento 10 ingressi +1 omaggio € 70,00  
Abbonamento 20 ingressi +3 omaggio € 140,00

### Nuoto libero in fascia RELAX € 6,50

lunedì - venerdì 6:30-8:30 12:30-14:30  
Abbonamento 10 ingressi +1 omaggio € 60,00  
Abbonamento 20 ingressi +3 omaggio € 120,00

### Nuoto libero RIDOTTO\* € 5,50

Abbonamento 10 ingressi +1 omaggio € 50,00  
Abbonamento 20 ingressi +3 omaggio € 100,00

\*over 60 - disabili - militari - bambini dai 4 ai 12 anni



**RONCELLI**  
COSTRUZIONI

PROGETTA - COSTRUISCE - VENDE DIRETTAMENTE IMMOBILI



## Corsi 2025-2026



Piscine Ponte

Via San Clemente 66  
24036 Ponte San Pietro BG  
www.piscineponte.com  
info@piscineponte.com  
tel. 0350745842 - 3756281319