

dal 25.09

# Corsi Gestanti

60'

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

# Relax a Coppie

su prenotazione  
in vasca fisioterapica 32°

**Mercoledì** ore 19:15 € 20,00 a coppia

60'

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.

dal 2.10 al 01.02

# Acquaticità

30'

3-8 mesi	<b>Lun</b> 16:30 <b>Mer</b> 16:30 - 17:30 <b>Sab</b> 8:30 - 9:30 - 10:30 - 14:30 <b>Dom</b> 9:00	<b>Mar:</b> 9:30	in vasca fisioterapica 32°
9-18 mesi	<b>Lun</b> 16:00 - 17:00 <b>Mer</b> 16:00 - 17:00 - 18:00 <b>Sab</b> 9:00 - 10:00 - 11:00 - 11:30 - 15:00 <b>Dom</b> 9:30 - 10:00	<b>Mar</b> 9:00 <b>Ven</b> 16:30	in vasca fisioterapica 32°
19-36 mesi	<b>Mar</b> 17:50 - 18:20 <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 <b>Dom</b> 10:45	<b>Mer</b> 18:00	

14 lezioni € 217,00  
15 lezioni € 232,50 16 lezioni € 248,00

# Mamma Fitness

dal 02.10 al 01.02  
in vasca fisioterapica 32° 3-18 Mesi

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

# Scuola nuoto bambini

dal 25.09 al 01.02

50'

<b>Lun</b> 16:30 - 17:10 - 17:50	
<b>Mar</b> 16:10 - 16:50 - 17:30 - 18:10	
<b>Mer</b> 16:30 - 17:10 - 17:50	
<b>Gio</b> 16:10 - 16:50 - 17:30 - 18:10	
<b>Ven</b> 16:30 - 17:10 - 17:50	
<b>Sab</b> 8:50 - 9:30 - 10:10 - 10:50 - 11:30	
14:20 - 15:00 - 15:40 - 16:20 - 17:00 - 17:40	

15 lezioni 180,00 Biset. 31 lezioni € 325,50  
16 lezioni € 192,00 32 lezioni € 336,00  
17 lezioni € 204,00 33 lezioni € 346,50

# 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'

<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	

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

# Fitness

dal 25.09 al 01.02

45'

**Corpo libero** 5 lezioni €90,00 16 lezioni €192,00  
32 lezioni € 336,00

Acqua Gym	<b>Lun</b> 9:45 <b>Mar</b> 9:45-18:45 <b>Mer</b> 11:15-17:15-20:15 <b>Ven</b> 9:45-15:45- 20:15	<b>Gio</b> 13:00 <b>Sab</b> 13:15 <b>Dom</b> 9:15
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 🌸 corso di pilates a secco	
Acqua Benessere	<b>Lun</b> 14:30 <b>Mar</b> 9:00 <b>Mer</b> 10:30	<b>Gio</b> 14:30 <b>Ven</b> 9:00

**Attrezzi** 5 lezioni €100,00 16 lezioni € 216,00  
32 lezioni € 368,00

Water Trekking	<b>Mar</b> 10:30 - 19:30 <b>Gio</b> 20:15 <b>Ven</b> 12:30 - 18:45	<b>Sab</b> 14:00 <b>Dom</b> 10:00
Acqua Jump	<b>Mar</b> 20:15 <b>Mer</b> 18:45 - 19:30 <b>Gio</b> 9:45	<b>Ven</b> 15:00 <b>Sab</b> 14:45 <b>Dom</b> 10:45
Acqua Bike	<b>Lun</b> 13:45 - 18:45 <b>Mar</b> 10:30 <b>Mer</b> 16:30 - 18:45 - 19:30	<b>Gio</b> 19:30 <b>Ven</b> 10:30 <b>Sab</b> 15:30
Bike Ellittica	<b>Lun</b> 18:45 - 20:15 <b>Mar</b> 12:30 - 19:30 <b>Mer</b> 9:45 - 18:00 <b>Gio</b> 10:30 - 13:45 - 19:30	<b>Ven</b> 10:30 <b>Sab</b> 12:30

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



WWW.PISCINEPONTE.COM

Spaces

CODICE INVITO  
EEWU1U

**SCONTO**  
**10%**

Per tutti i residenti nei comuni convenzionati





## Squadra Agonistica

Per info rivolgersi al Direttore sportivo

**Psicomotricità** educativa 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:

**telefonticamente** 0350745842 - 3756281319

**sito internet**



WWW.PISCINEPONTE.COM

**APP**



CODICE INVITO  
**EEWU1U**

**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



Corsi  
2025-2026



## Piscine Ponte

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