

**IL GIORNO DEL CORSO, DIVERTITI IN PISCINA!
L'INGRESSO AL PARCO ESTIVO È TUO A SOLI 4€!**

CORSI NUOTO BABY da 3 mesi a 4 anni

TURNI - 30,00 €

dal 08/06/26 al 27/06/26

dal 29/06/26 al 18/07/26

dal 20/07/26 al 08/08/26

dal 10/08/26 al 24/08/26*

*solo il Lunedì

LUNEDÌ

09:30 3/11 MESI | **10:00** 12/23 MESI

SABATO

09:30 3/11 MESI | **10:00** 12/23 MESI

10:40 24/35 MESI | **11:20** 36/48 MESI

SCUOLA NUOTO da 4 anni ai 12 anni

TURNI

dal 08/06/26 al 26/06/26

dal 29/06/26 al 17/07/26

dal 20/07/26 al 07/08/26

dal 10/08/26 al 27/08/26*

*lun-ven € 40,00 €

MONOSETTIMANALE

30,00 € A TURNO

MERCOLEDÌ 17:15

BISETTIMANALI

48,00 € A TURNO

LUNEDÌ E VENERDÌ 17:15

MARTEDÌ E GIOVEDÌ 17:15

MAIN SPONSOR



SOCIETÀ
CANOTTIERI
GARDA
SALÒ

POLO
SPORTIVO
CANOTTIERI
SALÒ



GRUPPO SPORTIVO ESTATE 2026 DAI 10 ANNI AI 19 ANNI

Per ragazzi che sanno già nuotare e vogliono allenarsi, stare in gruppo e migliorare

LUNEDÌ E MERCOLEDÌ dalle 18:00 alle 19:00 | **TARIFFA** estiva 160,00 €

La tariffa comprende gli allenamenti dal 08/06/26 al 30/08/26 e l'abbonamento stagionale al parco estivo fino alla chiusura prevista il 30/08/26

PROMO PARCO ESTIVO

ABBONAMENTO STAGIONALE -50%

RISERVATA AGLI UTENTI CON ABBONAMENTO 3/9/12 MESI
50/100 OPEN VALIDO AL MOMENTO DELLA SOTTOSCRIZIONE



INFO E PREZZI
SCAN QR-CODE

SOCIETÀ CANOTTIERI GARDA SALÒ - POLO SPORTIVO

Piazzale Donatori di Sangue, polosportivo@canottierigarda.it - Tel. + 39 0365 40030

canottierigarda.it

UN'ESTATE DI ENERGIA E BENESSERE

corsi di nuoto, nuoto libero, fitness terra e acqua,
sala pesi e relax nel nostro parco estivo!

SALA PESI - ORARI

Lunedì, martedì, giovedì e venerdì
06:00 - 21:20
Mercoledì 07:00 - 21:20
Sabato 07:00 - 14:00
Domenica 08:30 - 12:30

PERSONAL TRAINER

IL TUO PERCORSO. I TUOI RISULTATI.

01 SCHEDE PERSONALIZZATE

Su misura per te

02 SUPPORTO CONTINUO

Sempre al tuo fianco



PER INFORMAZIONI

SU TUTTI I TIPI DI ABBONAMENTI

SCAN QR CODE

**ABBONAMENTI A TEMPO,
INGRESSI SINGOLI E PACCHETTI OPEN**



CON GLI ABBONAMENTI TEMPORALI AVRAI A DISPOSIZIONE LE SEGUENTI PRENOTAZIONI SETTIMANALI: NUOTO LIBERO max 1 prenotazione al giorno | **SALA PESI** max 1 ingresso al giorno
CORSI FITNESS TERRA E ACQUA: 1 mese: 6 prenotazioni a settimana | 3 mesi: 8 prenotazioni a settimana | 9 mesi: 10 prenotazioni a settimana | 12 mesi: 12 prenotazioni a settimana.
PUOI ANNULLARE LA PRENOTAZIONE ENTRO 2 ORE DALL'INIZIO DELLA LEZIONE E ACCEDERE ENTRO 10 MINUTI DALL'INIZIO DELLA LEZIONE.

CORSI FITNESS TERRA ⌚ 50 min. dal 08/06/2026 al 30/08/2026

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
7:00	YOGA	H.I.I.T BRUCIAGRASSI		H.I.I.T BRUCIAGRASSI	YOGA	
8:10	CARDIO TONIC	FIT PILATES		FIT PILATES	CARDIO TONIC	
9:10	CROSS TRAINING	STRENGTH AND CORE		STRENGTH AND CORE	CROSS TRAINING	
10:10	FIT PILATES	POSTURAL GYM	FIT PILATES	POSTURAL GYM	FIT PILATES	REDCORD BALANCE
11:10	MIOFASCIALE	FIT PILATES	MIOFASCIALE	FIT PILATES	MIOFASCIALE	STRENGTH AND CORE
12:30	SMART TRAINING	CARDIO STEP	SMART TRAINING			
18:10	CARDIO TONIC	DYNAMIC CIRCUIT	CARDIO CIRCUIT	DYNAMIC CIRCUIT		
18:10 SALA 2	STRENGTH AND CORE		REDCORD BALANCE			
19:10	CARDIO STEP	CROSS TRAINING		CROSS TRAINING		
19:10 SALA 2	STRENGTH AND CORE				STRENGTH AND CORE	
20:10	YOGA	FIT PILATES	YOGA	FIT PILATES		

CORSI ACQUA ⌚ 45 min. dal 08/06/2026 al 27/08/2026

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
7:45	ACQUA CIRCUIT		CIRCUIT		ACQUA CIRCUIT	CIRCUIT
8:30	ACQUA GYM	ACQUA FUNCTIONAL	CIRCUIT	ACQUA FUNCTIONAL	ACQUA GYM	CIRCUIT
9:15		ACQUA GYM	CIRCUIT	ACQUA GYM		
9:15	NUOTO ADULTI BASE - INTERMEDIO AVANZATO		NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO		NUOTO ADULTI BASE - INTERMEDIO AVANZATO	
12:15	NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO	ACQUA BARRE		ACQUA BARRE	NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO	
13:10	CIRCUIT	ACQUA GYM	ACQUA FUNCTIONAL	ACQUA GYM	CIRCUIT	
18:15	ACQUA COREO	ACQUA CIRCUIT	CIRCUIT	ACQUA CIRCUIT	ACQUA GYM	
19:00	ACQUA FUNCTIONAL	ACQUA COREO	CIRCUIT	ACQUA COREO		
19:00	NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO		NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO		NUOTO ADULTI INTERMEDIO AVANZATO	
19:45	NUOTO ADULTI BASE INTERMEDIO		NUOTO ADULTI BASE INTERMEDIO			

Fasce di nuoto libero nella piscina interna disponibili tutti i giorni



Sono arrivate le lezioni di Pilates Reformer

uno strumento innovativo che consente un lavoro sul corpo più profondo, preciso e altamente mirato. Grazie al Reformer Balanced Body potrai migliorare postura, forza, flessibilità e controllo, con allenamenti personalizzati e adatti a ogni livello.

Per scoprire i pacchetti disponibili e ricevere tutte le informazioni, chiedi in reception.