Stagione 2026-2027 Piscina Fulvio Albanese

Orario invernale dal 1 settembre 2026 al 12 giugno 2027

RARI NANTES TORINO
SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA
Piscina di Grugliasco "Fulvio Albanese"
Corso Torino, 82 - 10095 Grugliasco (Torino) - Tel. 011.0121966
grugliasco@rarinantestorino.com
www.grugliasco.rarinantestorino.com

Se vuoi avere maggiori informazioni sulla Piscina di Grugliasco **scannerizza il QR Code con il tuo telefono ed inizia a parlare con noi su WhatsApp!**

La nostra assistente virtuale è a tua disposizione per ottenere tutte le informazioni su orari, prezzi e attività.

Orari di segreteria

Lunedì	07:30 - 20:30
Martedì	09:00 - 20:00
Mercoledì	08:00 - 20:30
Giovedì	07:30 - 20:00
Venerdì	09:00 - 20:30
Sabato	08:00 - 17:30

Attività Baby

Una straordinaria esperienza di gioco e libertà: il contatto con l'acqua, per i neonati, è prima di tutto questo. In piscina i bebè sperimentano, in modo naturale, le stesse abilità motorie che li renderanno poi in grado di camminare e correre. I corsi si svolgono nella vaschetta riscaldata, con una temperatura sempre superiore ai 30 gradi.

Baby 5-18 mesi

Lunedì	11:00-11:30		
Mercoledì	10:00 - 10:30	18:10 - 18:40	
Giovedì	15:30 - 16:00		
Venerdì	18:50 - 19:20		
Sabato	10:10 - 10:40	16:00 - 16:30	16:30 - 17:00

Baby 19-36 mesi

Lunedì	15:30 - 16:00	18:50 - 19:20	
Martedì	18:50 - 19:20	19:20 - 19:50	
Mercoledì	10:30 - 11:00	18:40 - 19:10	19:10 - 19:40
Giovedì	11:00 - 11:30	18:50 - 19:20	
Venerdì	19:20 - 19:50		
Sabato	09:10 - 09:40	09:40 - 10:10	10:40 - 11:10
	14:50 - 15:20		

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Tariffe:

1 volta alla settimana

6 lezioni € 80,00 (1 recupero)
12 lezioni € 146,00 (2 recuperi)

2 volte alla settimana

6 lezioni € 66,00 (senza recuperi)

Acquaticità 3-5 anni

I bambini, divertendosi, imparano a stare a proprio agio in acqua, a muoversi a mantenere diverse posizioni di galleggiamento. Non è ancora tempo di dedicarsi alla tecnica. Il gioco, infatti, è al centro della nostra attività ed è lo strumento con cui si pongono le basi che permetteranno, successivamente, di sviluppare una nuotata.

Lunedì	16:10 - 16:50	16:50 - 17:30	17:30 - 18:10	18:10 - 18:50
Martedì	16:50 - 17:30	17:30 - 18:10	18:10 - 18:50	
Mercoledì	16:50 - 17:30	17:30 - 18:10		
Giovedì	16:10 - 16:50	16:50 - 17:30	17:30 - 18:10	18:10 - 18:50
Venerdì	16:10 - 16:50	16:50 - 17:30	17:30 - 18:10	18:10 - 18:50
Sabato	11:15 - 11:55	11:55 - 12:35	15:20 - 16:00	

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Tariffe:

1 volta alla settimana

6 lezioni € 80,00 (1 recupero)
12 lezioni € 146,00 (2 recuperi)

2 volte alla settimana

6 lezioni € 66,00 (senza recuperi)

Corso Special Time

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Per tutti quei bambini che necessitano di particolari attenzioni, verrà adottato con un principio di rapporti numerici individualizzati, un corso dove poter favorire al meglio lo sviluppo motorio e cognitivo in acqua.

Martedì e Giovedì	15:15 - 16:00 16:00 - 16:45
Sabato	13:30 - 14:15
	14:15 - 15:00
	15:00 - 15:45

Tariffe:

10 lezioni di gruppo € 169,00
10 lezioni individuall € 200,00

COME USUFRUIRE DEI RECUPERI? LEGGI IN FONDO AL VOLANTINO

Scuola Nuoto Bambini 6-13 anni

Didattica, organizzazione e professionalità sono le caratteristiche dei nostri corsi di Scuola Nuoto. La Rari Nantes Torino è una Scuola Nuoto riconosciuta dalla Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.). Un'altra conferma è il livello raggiunto dalla squadra agonistica, sempre ai vertici in Italia, con al suo attivo già cinque atleti olimpici.

Lunedì	16:50 - 17:40	17:35 - 18:25	18:20 - 19:10	
Martedì	17:00 - 17:50	17:45 - 18:35	18:30 - 19:20	
Mercoledì	16:50 - 17:40	17:35 - 18:25	18:20 - 19:10	
Giovedì	16:50 - 17:40	17:35 - 18:25	18:20 - 19:10	
Venerdì	17:00 - 17:50	17:45 - 18:35	18:30 - 19:20	
Sabato	08:55 - 09:45	09:40 - 10:30	10:25 - 11:15	11:10 - 12:00
	11:55 - 12:45	14:25 - 15:15	16:10 - 17:00	

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Tariffe:

1 volta alla settimana
8 lezioni € 93,00 (1 recupero)
16 lezioni € 174,00 (2 recuperi)
2 volte alla settimana
8 lezioni € 78,00 (senza recuperi)

Durata delle lezioni 50 minuti: 5' accoglienza, posa accappatoi distanziati, doccia
45' di attività in acqua

E DOPO LA SCUOLA NUOTO.... I NOSTRI CORSI CONTINUANO,
CON L'AVVIAMENTO AL NUOTO SINCRONIZZATO E ALLA PALLANUOTO

Avviamento alle discipline acquatiche

Raggiunto il livello tecnico necessario, esiste la possibilità, per bambini e adolescenti, di essere inseriti in corsi finalizzati all'avviamento di discipline acquatiche di squadra: nuoto sincronizzato, pallanuoto, salvamento sportivo.

Avviamento alla Pallanuoto

dai 9 anni

Martedì	17:00 - 17:50	
Venerdì	17:00 - 17:50	17:45 - 18:35

Avviamento al Nuoto Artistico

8-13 anni

Lunedì	16:50 - 17:40	17:35 - 18:25
Mercoledì	16:50 - 17:40	17:35 - 18:25
Sabato	08:55 - 9:45	

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Avviamento al nuoto per salvamento

Martedì	17:45 - 18:35	
Giovedì	16:50 - 17:40	

Tariffe:

1 volta alla settimana
8 lezioni € 93,00 (1 recupero)
16 lezioni € 174,00 (2 recuperi)

Durata delle lezioni 50 minuti: 5' accoglienza, posa accappatoi distanziati, doccia
45' di attività in acqua

COME USUFRUIRE DEI RECUPERI? LEGGI IN FONDO AL VOLANTINO

Scuola Nuoto Junior dai 14 ai 18 anni

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Lunedì	18:30 - 19:15	
Martedì	18:35 - 19:20	
Mercoledì	18:30 - 19:15	
Giovedì	18:30 - 19:15	
Venerdì	18:35 - 19:20	

Tariffe:

8 lezioni € 103,00 (2 recuperi)
16 lezioni € 182,00 (3 recuperi)

Attività junior dal 1° settembre 2026 al 12 giugno 2027

Pallanuoto dai 12 anni

Lunedì	14:50 - 16:50
Mercoledì	14:50 - 16:50
Venerdì	14:50 - 16:50

Nuoto Artistico dai 13 anni

Lunedì	14:50 - 16:50
Mercoledì	14:50 - 16:50
Venerdì	14:50 - 16:50

Nuoto e Nuoto per Salvamento dai 14 ai 18 anni

Martedì	14:50 - 16:50
Giovedì	14:50 - 16:50
Venerdì	14:50 - 16:50

Attività adulti dal 1° settembre 2026 al 30 giugno 2027

Pallanuoto dai 16 anni e Nuoto Più dai 19 anni

Lunedì	20:30 - 22:15
Mercoledì	20:30 - 22:15
Venerdì	20:30 - 22:15

Tariffe:

Abbonamento stagionale
Frequenza fino a 3 volte a settimana € 730,00 così suddivisi:
- € 250,00 all'iscrizione
- € 180,00 entro il 29/11/2026 - € 150,00 entro il 30/01/2027 - € 150,00 entro il 31/03/2027

Abbonamento mensile frequenza fino a 3 volte a settimana € 90,00 - validità 1 mese

PER IL TESSERAMENTO E LA PARTECIPAZIONE AL CAMPIONATO E TORNEI È OBBLIGATORIA LA CERTIFICAZIONE MEDICO-SPORTIVA AGONISTICA, DA CONSEGNARE IN ORIGINALE ALLA SOCIETÀ PRESSO LA SEGRETERIA.

Lezioni private di nuoto

Per chi volesse usufruire di lezioni private individuali o fino ad un massimo di tre persone, è possibile richiedere un istruttore qualificato, con cui concordare giorni e orari

Tariffe:

10 lezioni private individuali: € 270,00 (da utilizzare entro 3 mesi)
5 lezioni private individuali: € 140,00 (da utilizzare entro 2 mesi)
Lezioni private individuali singole: € 33,00

Lezioni a prenotazione: le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

Scuola Nuoto Adulti dai 14 anni

Adatta sia ai principianti che vogliono aumentare la loro sicurezza in acqua, sia ai nuotatori esperti che vogliono perfezionare la loro tecnica. I nostri istruttori, attenti e preparati, sono pronti a prendersi cura delle esigenze di tutti, anche di chi non è mai entrato in acqua e magari ne ha paura.

Lunedì	08:00 - 08:45	09:00 - 09:45	10:00 - 10:45	
	12:15 - 13:00	19:15 - 20:00	20:00 - 20:45	
Martedì	19:30 - 20:15			
Mercoledì	19:15 - 20:00			
Giovedì	08:00 - 08:45	09:00 - 09:45	10:00 - 10:45	
	12:15 - 13:00	19:15 - 20:00	20:00 - 20:45	
Venerdì	19:30 - 20:15			

Tariffe 1^ corsia - principianti:

8 lezioni € 103,00 (2 recuperi)
16 lezioni € 182,00 (3 recuperi)

Abbonamenti a prenotazione per livelli intermedio - avanzato:

Con prenotazioni on-line, le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

8 prenotazioni € 103,00 (entro 2 mesi)
16 prenotazioni € 182,00 (entro 3 mesi)

Novità: nuoto evolution

Continua a migliorare con un percorso dedicato a chi ha già esperienza in acqua e desidera perfezionare tecnica, resistenza e stile. Lezioni su prenotazione, Nessun vincolo di giorni. Allenati quando vuoi, in base ai tuoi impegni.

Lunedì	11:00 - 12:00
Martedì	19:30 - 20:30
Mercoledì	19:30 - 20:30
Giovedì	11:00 - 12:00
Venerdì	19:30 - 20:30

Tariffe:

fino 2 volte a settimana: mensile € 75,00
fino 3 volte a settimana: mensile € 95,00
Il numero di lezioni settimanali si azzera ogni domenica.

Nuoto Libero

NON È RICHIESTA NÈ L'ISCRIZIONE ANNUALE NÈ PRESENTAZIONE DEL CERTIFICATO MEDICO

	SENZA PRENOTAZIONE	SU PRENOTAZIONE
Lunedì	07:00 - 14:30	19:30 - 20:45
Martedì	12:00 - 14:30	19:30 - 20:45
Mercoledì	09:00 - 14:30	19:30 - 20:45
Giovedì	07:00 - 14:30	19:30 - 20:45
Venerdì	12:00 - 14:30	19:30 - 20:45
Sabato	10:30 - 14:30	09:15 - 10:30

La vaschetta di ambientamento è disponibile dalle 12:40 alle 14:30 dal lunedì al sabato, dalle 19:30 alle 20:30 il lunedì. Dalle 19:50 alle 20:30 il martedì, mercoledì, giovedì e venerdì.

Tariffe:

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

Intero € 6,50 Ridotto € 5,50 (minori di 14 anni)
Abbonamento nominativo 11 ingressi € 65,00 (da consumare entro 6 mesi)

+ Acquisto tessera per utilizzo docce e/o phon costo € 5,00. In caso di smarrimento o furto è possibile richiedere una tessera sostitutiva al costo di € 5,00 I crediti di phon o docce non possono essere recuperati o restituiti. Nella stagione estiva gli orari di fruizione dell'abbonamento sono limitati.

Attività ginnico motorie acquatiche e grandi attrezzi acquatici

OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE

orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
08:15 - 09:00						Aquabike B
09:00 - 09:45	Acquagym A		Acquagym B	Acquagym A		Acquagym B
10:00 - 10:45	Fluidwater A			Fluidwater A		
13:00 - 13:45	Acqua Competition	Acqua GAG B	Acquagym A	Acqua power B	Acqua CIrcuit B	
18:30 - 19:15	Acqua GAG B		Acqua CIrcuit B	Acquagym A		
18:40 - 19:25		Acquagym A			Aquabike B	
19:25 - 20:10	Aquabike B		Aquabike B	Acqua CIrcuit B		
19:35 - 20:20		Acqua GAG B			Acqua GAG B	
20:15 - 21:00	Acquagym A			Aquabike B		
20:20 - 21:05		Aquabike B				

A - ATTIVITÀ IN ACQUA ALTA CON CINTURE DI GALLEGGIAMENTO
B - ATTIVITÀ IN ACQUA BASSA PROFONDITÀ 1,20 M

Tariffe:

ORARI FINO AL 12 GIUGNO 2027

pacchetto 8 prenotazioni € 104,00 (da utilizzare entro 2 mesi)
pacchetto 16 prenotazioni € 189,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

Lezioni a prenotazione: le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

Aquabike: attività cardio ad intensità variabile si consiglia l'uso di scarpette in gomma adeguate.
Acqua circuit: circuito composto da più stazioni scelte dell'istruttore es. Acquabike, Treadmill, Jump o altri attrezzi.
Acqua Triathlon: simulazioni di nuotata+corsa su tappeto+pedalata sulla bike.
Acqua competition: attività finalizzata alla preparazione di competizioni di fitness in acqua e acqua cross-training.

Abbonamento over 65, solo Fluid Water:

Tariffe:

8 lezioni € 80,00 (1 recupero)
16 lezioni € 139,00 (3 recuperi)

Abbonamento fitness in acqua + fitness in palestra:

dal 1° settembre 2026 al 23 luglio 2027

€ 1.100 (€ 450 all'iscrizione, € 350 entro il 30/01/27, € 300 entro il 30/04/27)

Palestra illimitata fino al 16/7/27, max 6 lezioni a settimana in acqua, dal lunedì al sabato, valido solo presso la piscina F.Albanese, Grugliasco

Palestra Musicale

ABBONAMENTO "OPEN", CON ACCESSO A TUTTE LE LEZIONI PREVIA PRENOTAZIONE

orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
08.30 - 09.20			GYM Pilates	GYM Pilates	
09:15 - 10:05	GYM Pilates				
09:30 - 10.20			GYM Pilates	GYM Pilates	
10:10 - 11.00	GYM Pilates				
13.00 - 13.50	Total Body Fitness			Total Body Fitness	
17:20 - 18:10	Total Body Fitness	Total tone		GAG	Total Body Fitness
18:15 - 19:05	Step	Fit dance	Body pump	Fit Boxe	Step
19:10 - 20:00	GYM Tribal Yoga Pilates	GYM Pilates	Body Flow	Circuit training	GYM Tribal Yoga Pilates
20:05 - 20:55			GYM Pilates	Power Yoga	

Tariffe:

ORARI FINO AL 16 LUGLIO 2027

1 mese € 57,00
3 mesi € 154,00

Lezioni a prenotazione:
le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

Ginnastica Correttiva

Lunedì	09:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00			
	16:30 - 17:30	17:30 - 18:30	18:30 - 19:30			
Giovedì	08:00 - 09:00	09:00 - 10:00	10:00 - 11:00	11:00 - 12:00		
	18:00 - 19:00					

Tariffe: **ORARI FINO AL 10 GIUGNO 2027**

11 prenotazioni € 159,00 (da utilizzare entro 3 mesi)

Ginnastica posturale

Lavoro personalizzato, massimo 8 iscritti

Giovedì 17:00 - 18:00

Tariffe:

abbonamento mensile € 50,00

Hydrochinesi-Personal Training

Lezioni private di hydrochinesi o ginnastica correttiva individuale, con orari concordati direttamente con l'istruttore.

Tariffe:

10 lezioni private individuali: € 360,00 (da utilizzare entro 3 mesi)
Lezioni private individuali singole: € 40,00

Lezioni a prenotazione: le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

Idrochinesi Terapia di Gruppo

ORARI FINO AL 09 GIUGNO 2027

Attività dedicata al recupero funzionale motorio post infortunio,interventi chirurgici,o in presenza di patologie osteo-articolari-muscolari croniche. Mobilizzazione articolare agevolata dall'effetto dell'immersione in acqua,condizionamento muscolare e ripresa della percezione del corpo ,punti focali sui quali si basano le sedute, che sono calibrate ed adattate alle esigenze e possibilità di ogni paziente, non sono comunque richieste particolari capacità natatorie per partecipare al corso.

Lunedì	14:50 - 15:50	gruppo base
Lunedì	15:50 - 16:50	gruppo avanzato
Mercoledì	14:50 - 15:50	gruppo base
Mercoledì	15:50 - 16:50	gruppo avanzato

Tariffe Abbonamenti:

8 sedute: € 116,00 (da fare entro 3 mesi)

Lezioni a prenotazione: le modalità di funzionamento sono descritte in fondo al volantino

RECUPERI
L'abbonamento con recupero consente di recuperare le eventuali lezioni perse in giornate da concordare con la segreteria entro l'ultima lezione del pacchetto. Il recupero viene inserito nella lezione immediatamente successiva alla fine dell'abbonamento o in alternativa, previa disponibilità, in altri giorni/orari prima della scadenza dell'abbonamento.
Non sarà garantita la possibilità di usufruire dei recuperi e di mantenere il posto nel corso dopo la scadenza dell'abbonamento.

RINNOVI
Per avere garanzia del posto all'interno del corso, il rinnovo dell'abbonamento dovrà essere effettuato entro la penultima lezione del pacchetto (indipendentemente dal recupero).

ATTIVITÀ A PRENOTAZIONE
La lezione / ingresso viene scalata dall'abbonamento o addebitata al momento della prenotazione.
L'eventuale disdetta o variazione di data / orario con il reintegro in abbonamento è accettata fino a 4 ore precedenti la lezione stessa (tramite la funzione WEB) o telefonicamente entro le ore 20:00 del giorno prima.
In caso di mancata disdetta nel tempo utile la lezione non potrà essere recuperata.

PRENOTAZIONI ANCHE DA INTERNET
Solo per lezioni di fitness in acqua, fitness terrestre e ingresso del nuoto libero e' possibile gestire le proprie prenotazioni anche da internet collegandosi a: prenotazioni.rnt-grugliasco.it e accedendo con username e password inviati tramite e-mail quando viene acquistato il primo pacchetto di lezioni.

SOSPENSIONI
Ogni abbonamento potrà essere sospeso per malattia, presentando un certificato medico una ed una sola volta per una durata minima di giorni 15, previa comunicazione in segreteria (la sospensione inizia dalla data in cui viene richiesta).
L'eventuale sospensione non da diritto al mantenimento del posto ma al solo recupero delle lezioni perse, comunque entro il 12 GIUGNO 2027.

PROVE
È possibile effettuare una sola lezione di prova delle attività proposte, il costo è di € 15,00 (€ 33,00 per lezioni private di nuoto, € 40,00 per la lezioni di hydrochinesi), che potranno essere scontati dall'abbonamento (in tal caso l'inizio dell'abbonamento sarà la data della prova) se l'iscrizione avvenisse entro la giornata di prova.

CHIUSURE PER FESTIVITÀ
7 e 8 dicembre 2026, dal 24 dicembre 2026 al 6 gennaio 2027, dal 26 al 29 marzo 2027, 25 aprile 2027, 1° maggio 2027, 2 giugno 2027.

ISCRIZIONI IN QUALSIASI MOMENTO DELLA STAGIONE
Che cosa serve per iniziare i nostri corsi:
- Certificato medico che attesti l'idoneità allo svolgimento di ATTIVITÀ' SPORTIVA NON AGONISTICA a partire dal 6° anno di età.
- Versamento della quota di iscrizione annuale di € 40,00, comprensivi di copertura assicurativa (validità 12 mesi).
- Per gli accompagnatori dei baby l'iscrizione è di € 10,00 per ogni adulto accompagnatore.

TESSERA ELETTRONICA, DOCCE E ASCIUGACAPELLI
La tessera elettronica è in omaggio con la prima iscrizione annuale e resta di proprietà dell'iscritto. A cosa serve la tessera:
- costituisce il titolo di accesso alla struttura negli orari del proprio abbonamento
- permette l'uso dell'asciugacapelli e delle docce che funzionano a gettoni elettronici da € 0,25.
In caso di smarrimento o furto o distruzione è possibile richiedere una tessera sostitutiva al costo di € 5,00.
Gli eventuali crediti residui , non possono essere recuperati o restituiti.

ALTRE INFORMAZIONI
Tramite e-mail verranno regolarmente inviate comunicazioni relative a corsi, abbonamenti e scadenze.
Gli orari inseriti in questo volantino potrebbero subire modifiche che verranno debitamente segnalate agli iscritti.

Grugliasco 26-27-rev.04-21.09.2026