



Centro Giovanile di Formazione Sportiva s.r.l. s.s.d.

PISCINE COMUNALI :

Corsi per adulti e bambini

Acquaticità - Corsi di Nuoto - Acquagym

Nuoto Libero

comune di
PRATO



Pista di pattinaggio su ghiaccio



omnia On Ice
dove pattinare e' piu' divertente

Presso Omnia Center

Prato • Via delle Pleiadi • S. Giusto • www.omniaonice.it

NOVITA' 2011/2012

Per venire incontro alle numerose richieste, da quest'anno, le attività bambino genitore sono state potenziate e distribuite in quasi tutte le piscine.

Acqua insieme

Limitatamente ad alcuni orari viene offerta la possibilità di frequentare la piscina insieme ai figli. Contemporaneamente ai corsi di nuoto dei bambini verranno effettuati quelli per i genitori (avviamento, perfezionamento e nuoto assistito) e di Acquagym.

Si svolge nella piscina Gescal il sabato mattina dalle ore 10.00 alle ore 12.00.

Piscina Gescal

(... Mamma tuffati con me!!!!!!) 6 lezioni 40€

Acqua Family

E' riservata ai bambini dai 2 agli 8 anni accompagnati dai genitori.

Viene effettuata nella piscina di San Giusto (Gescal) tutte le domeniche, dal 1 Ottobre al 31 Maggio, dalle ore 10.00 alle 12.30.

In un ambiente caldo ed accogliente (temperatura acqua 31,5°, profondità 140 cm), con innumerevoli giochi disponibili ed un'Assistente Bagnante specializzato con i più piccoli per aiuti e consigli, potrai passare 2 ore di puro divertimento in acqua con tuo figlio.

Biglietto alla cassa in piscina, costo 8.00€ (cumulativo genitore e bambino) + 4€ per ogni aggregato (altro genitore o figlio)

Nuoto Guidato

Corso di nuoto al quale si accede con il biglietto di ingresso acquistato alla reception dell' impianto. Non è necessario fare l'iscrizione



NOVITA' 2011/2012

LE NUOVE ATTIVITÀ SPORTIVE E RICREATIVE PER ADULTI

Dal 19 Settembre il CGFS Srl, oltre all'attività di Nuoto libero, propone al pubblico adulto (oltre i 16 anni), le seguenti attività sportive, didattiche e ricreative:

Corsi di Nuoto collettivi (Avviamento, perfezionamento e nuoto assistito)

Corsi di Acquagym

Corsi di pre-parto in acqua

Lezioni individuali e di piccolo gruppo (fino a 3 persone)

Allenamento di nuoto personalizzato (Personal Trainer)

Attività di ripresa funzionale in acqua (Riattivazione e trattamento post fisioterapico)

I corsi saranno svolti da personale altamente specializzato nelle singole attività.

COSTI*

Nuoto ed acquagym

Corso bimestrale bisettimanale 84,00 €

Preparto

Corso mensile monosettimanale 40,00 €

Corso mensile bisettimanale 70,00 €

(con possibilità di prolungamento per singole settimane, non è prevista quota associativa)

Lezioni private, personal trainer e riattivazione (Incluso ingresso in piscina, con acquisto minimo di un "pacchetto" di 5 lezioni)

Singole: 20,00€ a persona (pacchetto: 100,00 €)

2 persone: 16,00€ a persona (pacchetto: 80,00 €)

3 persone: 12,00€ a persona (pacchetto: 60,00 €)

*La quota associativa annuale è di € 20,00 (incluso materiale sociale).

N.B. Gli iscritti ai corsi di Nuoto ed Acquagym potranno acquistare una tessera di libero accesso per tutte le piscine e per tutti gli orari del nuoto libero (tessera ingresso bimestrale), valida per la durata del corso a soli 20,00 €.

Le prenotazioni e le iscrizioni ai corsi si effettuano alla reception dell'impianto scelto oppure presso l'ufficio d'iscrizione del CGFS in Via Arcangeli, 49. L'ufficio è aperto dal Lunedì al Venerdì dalle ore 9.00 alle ore 13.00 e il Martedì e il Giovedì con orario continuato fino alle ore 17.00.

Periodi Iscrizioni Nuoto e Acquagym

Dal 19/09 al 19/11

Dal 20/11 al 31/01

Dal 01/02 al 31/03

Dal 01/04 al 31/05

Giugno

Luglio

Agosto



SAN PAOLO

LU	MA	ME	GIO	VE	SA
9.00 - 9.45 Nuoto (Olivia)	11.30 - 12.15 Acquagym (Francesco)	9.00 - 9.45 Nuoto (Olivia)	11.30 - 12.15 Acquagym (Francesco)		
9.45 - 10.30 Acquagym (Olivia) Nuoto (Marco)	12.15 - 13.00 Nuoto (Francesco)	9.45 - 10.30 Acquagym (Olivia) Nuoto (Marco)	12.15 - 13.00 Nuoto (Francesco)		
10.30 - 11.15 Preparto (Olivia) Nuoto (Marco)	13.00 - 13.45 Nuoto (Martino) Acquagym (Francesco)	10.30 - 11.15 Preparto (Olivia) Nuoto (Marco)	13.00 - 13.45 Nuoto (Martino) Acquagym (Francesco)		
	13.45 - 14.30 Nuoto (Martino)		13.45 - 14.30 Nuoto (Martino)		

GALILEI

LU	MA	ME	GIO	VE	SA
9.15 - 10.00 Nuoto (Donatella)	10.30 - 11.15 Nuoto (Niccolò)	9.15 - 10.00 Nuoto (Donatella)	10.30 - 11.15 Nuoto (Niccolò)		9.40 - 10.30 10.30 - 11.20 Nuoto Guidato
	11.15 - 12.00 Nuoto (Niccolò)		11.15 - 12.00 Nuoto (Niccolò)		12.00 - 12.45 Acquagym (Daniela)

IOLO

LU	MA	ME	GIO	VE	SA
9.00-9.45 Acquagym (Maurizio)	9.00-9.45 Acquagym (Maurizio)	9.00-9.45 Acquagym (Maurizio)	9.00-9.45 Acquagym (Maurizio)		
9.45 - 10.30 Acquagym (Maurizio)	9.45 - 10.30 Acquagym (Maurizio)	9.45 - 10.30 Acquagym (Maurizio)	9.45 - 10.30 Acquagym (Maurizio)		
10.30-11.15 Nuoto (Maurizio)		10.30-11.15 Nuoto (Maurizio)			
11.15 - 12.00 Acquagym (Maurizio)		11.15 - 12.00 Acquagym (Maurizio)			
12.30 - 13.15 Nuoto (Rosita)	12.30 - 13.15 Nuoto (Marco)	12.30 - 13.15 Nuoto (Rosita)	12.30 - 13.15 Nuoto (Marco)	12.30 - 13.15 Nuoto (Rosita)	
13.15 - 14.00 Nuoto (Rosita)	13.15 - 14.00 Nuoto (Marco)	13.15 - 14.00 Nuoto (Rosita)	13.15 - 14.00 Nuoto (Marco)		

GESCAL

LU	MA	ME	GIO	VE	SA	DOM
21.15-22.00 Nuoto (Rosita) Acquagym (Elena)	21.15-22.00 Nuoto (Antonio)	21.15-22.00 Nuoto (Rosita) Acquagym (Elena)	21.15-22.00 Nuoto (Antonio)		10.00-12.00 Mamma tuffati con me	10.00-12.30 Acqua Family

Suggerimenti per la scelta e l'utilizzo delle piscine

A prescindere dalla vicinanza, alcune caratteristiche degli impianti possono orientare la scelta

La piscina di Via Roma, con la vasca da 50 metri, la temperatura dell'acqua piu' fresca (27°) e ampia disponibilita' di spazio e' preferita in genere da chi vuole effettuare un allenamento piu' intenso. E' disponibile dal Lunedì' al Venerdì' all'ora di pranzo.

La Piscina Galilei. Piscina con acqua fonda e temperatura intorno ai 28,5° e' indicata per nuotatori con varie caratteristiche. E' a disposizione , per il nuoto libero, la Domenica mattina, tutti i giorni al mattino ed all'ora di pranzo e, 3 giorni a settimana (Lu-Me-Ve), in tarda serata.

La piscina di San Paolo. Piscina con acqua bassa (profondita' media 140 cm), ha una temperatura di esercizio leggermente superiore (intorno ai 29°). E' disponibile per il nuoto libero tutti i giorni (incluso Sabato pomeriggio) in quasi tutte le fasce orarie. E' adatta a tutti.

La piscina di Iolo. Piscina con acqua bassa (profondita' media 150 cm), ha una temperatura di esercizio leggermente superiore (intorno ai 29°). E' disponibile tutti i giorni, (incluso l'intero Sabato e la Domenica mattina) in quasi tutte le fasce orarie. E' adatta a tutti.

La Piscina di San Giusto (Gescal), con acqua bassa (profondita' media 130 cm), ha una temperatura di esercizio piu' elevata (31.5°). E' particolarmente indicata per i frequentatori che gradiscono un ambiente caldo e rilassante. La Domenica mattina viene riservata al nuoto ricreativo (senza le corsie) per consentire a genitori e bambini di giocare insieme in acqua.

Per accedere alle vasche è obbligatorio l'uso della cuffia, calzare apposite ciabatte e passare attraverso i passaggi obbligati.

In tutte le piscine docce e asciugacapelli funzionano con speciali tesserine che possono essere acquistate alla cassa (1,00 € per 10 docce o asciugacapelli oppure una moneta da 0,20 cent.).



ORARI RISERVATI AL PUBBLICO Settembre 2011 - Maggio 2012



PISCINA GALILEI

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
7.30/9.15		7.30/9.15		7.30/9.15	9.40/11.20 Nuoto Guidato	9.00/13.00
10.00/14.30	7.30/14.30	10.00/14.30	7.30/14.30	10.00/14.30	12.45/14.30	
19.30/21.00		19.30/21.00		19.30/21.00		

PISCINA GESCAL

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
					10.00/12.00 Acqua Insieme	10.00/12.30* Acqua Family
13.00/15.00		13.00/15.00		13.00/15.00		
20.00/21.15	20.00/21.15	20.00/21.15	20.00/21.15	20.00/21.15		

* Balneazione ricreativa, con apertura dal 1 Ottobre al 31 Maggio, riservata ai bambini (da 4 a 11 anni) accompagnati dai genitori

PISCINA IOLO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
7.30/14.30		7.30/14.30		7.30/14.30	9.00/19.00	9.00/13.00
	11.00/14.45		11.00/14.45			
19.30/21.30		19.30/21.30		19.30/21.30		

PISCINA SAN PAOLO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
9.30/14.30	9.40/14.30	9.30/14.30	9.40/14.30	9.30/14.30	16.30/18.30	
20.00/21.30	19.00/20.30	20.00/21.30	19.00/20.30	20.00/21.30		

PISCINA VIA ROMA (Vasca da 50 mt)

incluso mesi di giugno luglio ed agosto

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
13.00/14.30	12.30/14.30	13.00/14.30	12.30/14.30	12.30/14.30		

Tariffe Invernali

SERVIZIO	TARIFFA
Ingresso Intero	€ 6,50
Ingresso Ridotto (dai 5 ai 18 anni)	€ 5,50
Ingresso anziani (ultrasessantacinquenni)	€ 4,00
Ingresso Categorie Speciali	€ 3,25
Abbonamento 10 bagni - adulti	€ 50,00
Abbonamento 10 bagni - 6/18 anni	€ 40,00
Abbonamento 10 bagni - anziani (ultrasessantacinquenni)	€ 35,00
Abbonamento Categorie Speciali (obbligatorio esibire la tessera)	€ 25,00
Abbonamento annuale "Standard" piscine coperte (incluso ingressi di fascia oraria Via Roma) (con tessere e documento di identità all'ingresso)	€ 300,00
Abbonamento annuo "Open" (inclusa piscina estiva Via Roma) (con tessere e documento di identità all'ingresso)	€ 350,00
Tessera Famiglia	€ 17,00
Ingresso Vasca tessera famiglia - ciascun membro	€ 4,50
Tesserine per phon e docce (10 erogazioni)	€ 1,00

PERIODO ESTIVO

Piscina Via Roma periodo estivo (Giugno-Agosto) Orario Apertura :

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
10.00-19.00	10.00-19.00 20.30-22.00	10.00-19.00	10.00-19.00 20.30-22.00	10.00-19.00	9.30-19.00	9.30-19.00

Tariffa ridotta per fascia oraria :

dal Lunedì al Venerdì : 12.30-14.30

Tutti i giorni : 16.30-19.00

Martedì e Giovedì : 20.30-22.00

A disposizione spazi attrezzati e riservati per feste private. (compleanni ecc...)
Le piscine di Iolo, Galliei, Gescal e San Paolo chiudono il mese di Agosto
e nel mese di Luglio nei giorni di Sabato e Domenica

LISTINO PREZZI PRINCIPALI

BIGLIETTO INTERO	8,50 €
BIGLIETTO RIDOTTO (DAI 3 AI 18 E OVER 65)	6,50 €
BIGLIETTO FASCIA ORARIA (12:30-14:30/16:30-19:00 ma-gio 20:30-22:00)	6,50 €
TESSERA FAMIGLIA	17,00 €
BIGLIETTO VASCA CON TESSERA FAMIGLIA – CIASCUNO	5,50 €
GRUPPI ORGANIZZATI	5,50 €
ABBONAMENTO 10 INGRESSI	65,00 €
ABBONAMENTO 10 INGRESSI (DAI 3 AI 18 E OVER 65)	50,00 €
ABBONAMENTO 10 INGRESSI FASCIA ORARIA (12:30-14:30/16:30-19:00 ma-gio 20:30-22:00)	40,00 €
BIGLIETTO PER MINORI DI TRE ANNI	GRATIS



L'ingresso per il nuoto libero avviene con l'acquisto del biglietto (o dell'abbonamento) alla cassa della piscina.

L'abbonamento può essere acquistato in qualsiasi plesso e vale per tutte le piscine ed orari riservati al pubblico.

In tutti gli impianti vengono garantiti ampi spazi per il pubblico in molteplici fasce orarie.

Le piscine, dislocate su tutto il territorio comunale, oltre che per la vicinanza, possono essere scelte in base alle caratteristiche di grandezza, profondità e temperatura dell'acqua. Per accedere ad alcuni impianti (Viale Galilei e Roma vasca da 50 Mt.), a causa della loro profondità, è indispensabile essere in possesso di una sufficiente tecnica di nuoto.



IMPARA A NUOTARE CON IL CGFS Corsi di Nuoto e Acquaticità'

ATTIVITA'	FASCIA D'ETA'	PISCINE	MODULI	FASCIA ORARIA	DURATA LEZIONI
Acquaticità* (fino a 3 anni con genitore in acqua)	3 mesi - 5 anni			10.00 - 12.00 16.00 - 19.30	30' - 40'
	5 anni - 16 anni			16.30 - 19.30 Sabato anche la mattina	40'
	9 anni - 16 anni			16.00 - 19.30	40' - 60'
	8 anni - 16 anni			16.30 - 19.30	40' - 60'
	9 anni - 13 anni			16.30 - 19.30	30' - 40'

Periodi di attività'

Corsi bisettimanali trisettimanali	Corsi monosettimanali	Corsi giornalieri
Settembre - Novembre Dicembre - Febbraio Marzo - Giugno (quadrimestrale)	Settembre - Gennaio (5 mesi) Febbraio - Giugno (5 mesi)	Giugno (Quindicinale) Luglio (Mensile e Quindicinale) Agosto (Mensile e Quindicinale)

INFO ED ISCRIZIONI CORSI DI NUOTO :
Via Arcangeli, 49 - 59100 PRATO Tel. 0574/43621 - Fax 0574/30635
E-mail : amministrazione@cgfs.it

Il CGFS la Scuola Nuoto specializzata
per i bambini piu' grande d' Italia

7

PISCINE :
GALILEI, GESCAL, IOLO,
SAN PAOLO
VIA ROMA, SERENDIP, UNIVERSO

80

INSEGNANTI

5000

BAMBINI, ogni anno

60.000

NUOTATORI
in 45 anni di attivita'

5

SETTORI

Acquaticita', nuoto, pallanuoto,
nuoto sincronizzato, subacquea

1

SEDE

di tirocinio del Corso di Laurea
in 'Scienze Motorie'
Universita di Firenze



Corsi di acquaticita', Nuoto, Pallanuoto, Nuoto Sincronizzato,
Nuoto Pinnato, dai 3 mesi ai 16 anni
Lezioni individuali per bambini e adulti

Il tutto garantito da :

- 45 anni di esperienza
- Corsi formazione ed aggiornamento di altissimo livello



Caratteristiche degli impianti e suggerimenti per la balneazione

IMPIANTO	INDIRIZZO	DIMENSIONI TEMPERATURA	PERIODO DI APERTURA	ATTIVITA' DIDATTICA CGFS
GALILEI	Via Marradi, (angolo Viale Galilei) Tel. 0574 468989	25 x 12 x 1.70 28,5°	Tutto l'anno Escluso Agosto	Nuoto Pallanuoto N. Sincronizzato Minisub Nuoto Pinnato
IOLO	Via Lottini, 5 Tel. 0574 620207	25 x 12 x 1.50 29°	Tutto l'anno Escluso Agosto	Nuoto Pallanuoto N. Sincronizzato Minisub Nuoto Pinnato
SAN GIUSTO	Villaggio Gescal Tel. 0574 630101	25 x 8 x 1.30 31,5°	Tutto l'anno Escluso Agosto	Nuoto
VIA ROMA	Via Roma, 258 Tel. 0574 639708	50 x 20 x 3.00 27°	Copertura Invernale con pallone	Nuoto Pallanuoto
SAN PAOLO	Via Galcianese, 206 Tel. 0574 079834/35	25 x 10 x 1.40 29°	Tutto l'anno Escluso Agosto	Nuoto Pallanuoto N. Sincronizzato Minisub Nuoto Pinnato



Igiene e pulizia degli impianti

In tutte le piscine l'impianto filtrante garantisce un ricircolo completo dell'acqua ogni 4/6 ore. Esse dispongono inoltre di un nuovissimo sistema di disinfezione dell'acqua (a duplice clorazione con calcio ipoclorito e tricloro-isocianurato) che, oltre ad assicurare la perfetta balneabilità e limpidezza dell'acqua, elimina il caratteristico odore di cloro tipico dei vecchi sistemi. I valori dei parametri fisicochimici sono mantenuti costanti da una centralina elettronica collegata a dosatori automatici dei prodotti.

Ogni 2 ore i parametri vengono riportati sull'apposito registro a disposizione dell'Autorità sanitaria. Mensilmente un laboratorio d'analisi accreditato esegue sull'acqua di vasca un esame microbiologico

Ogni piscina, inoltre, ha in dotazione un robot automatico che, durante la pausa notturna, effettua la pulizia del fondo vasca e, con i propri filtri, contribuisce ad una ulteriore depurazione. La pulizia e la disinfezione degli impianti avvengono secondo un protocollo certificato, che prevede pulizia meccanica manuale e con monospazzola, disinfezione chimica specifica ed asperione nebulizzata con prodotti antiverruche ed antimicotici. Il personale di custodia, inoltre, effettua continui "passaggi" negli spogliatoi e servizi per asciugare e ripulire gli ambienti.



RECAPITI PER SUGGERIMENTI E RECLAMI :

DIREZIONE GENERALE :
Via Arcangeli, 49 Prato
Tel. 0574/43621 - Fax 0574/30635

SEGRETERIA :
Via Roma, 258 Prato - Tel. 0574 639708-9
dalle ore 9.00 alle 13.00

