

Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

**PROCEDURA AI SENSI DELLA LEGGE N.147 DEL 27.12.2013 - COMMI 303-304-305  
PER L'AFFIDAMENTO IN CONCESSIONE DELLA RISTRUTTURAZIONE,  
DELL'ADEGUAMENTO TECNICO - FUNZIONALE E DELLA GESTIONE E  
CONDUZIONE DELLA PISCINA COMUNALE DI PROPRIETÀ DEL COMUNE DI  
CASSINA DE' PECCHI (MI) SITA IN VIA RADIOAMATORI**

## **RELAZIONE**

**CAPITOLATO GESTIONALE CONTENENTE LA SPECIFICAZIONE  
DELLE CARATTERISTICHE DEL SERVIZIO E DELLA GESTIONE**



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## **Programma di utilizzo dell'impianto natatorio coperto**

La Società Sportiva Dilettantistica AQUA S.R.L., ha sede sociale in Caserta alla via G.M. Bosco n.65. E' nata nell'anno 2004 ed ha realizzato il progetto di riqualificazione ed ultimazione della piscina comunale di Piedimonte Matese (CE) che attualmente gestisce. E' affiliata alla Federazione Italiana Nuoto dall'anno sportivo 2005/2006, è iscritta al Registro C.O.N.I. delle Associazioni e Società Sportive e gode del riconoscimento di Scuola Nuoto Federale ininterrottamente dall'anno 2007.

L'attuale piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI) è compresa in un'area in cui, oltre ad essere presenti civili abitazioni, ricadono alcuni edifici scolastici ed altre strutture sportive. E' asservita da una zona parcheggio posta sul suo lato di accesso all'utenza.

Attualmente, è dotata di una piccola hall nella quale troviamo una zona reception, un ufficio, l'infermeria e lo spogliatoio istruttori. Dalla hall si ha l'accesso alla zona spogliatoi, con relativi servizi igienici e docce, sia maschile che femminile. La piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI) è attualmente costituita da una vasca grande di mt. 25 x mt.10,00 per n°5 corsie, di forma rettangolare ma con le pareti perimetrali inclinate (trattasi di vecchia vasca in vetroresina) con una profondità variabile da mt. 1,10 a mt. 2,00, e da una vasca di ambientamento di vecchia concezione, di dimensioni mt.10,00 x mt. 5,00, priva dei bordi a sfioro di tracimazione dell'acqua, costruita con il superato e non più a norma concetto degli skimmer, e con una profondità pari a mt. 0,70. Al piano interrato sono collocati i locali tecnici: la sala di filtrazione, la sala che ospita l'unità di trattamento dell'aria, la centrale termica.

La S.S.D. AQUA s.r.l., nell'ambito di un programma di potenziamento dell'offerta degli impianti pubblici sportivi, intende proporre la realizzazione di una serie coordinata di opere necessarie a ristrutturare ed adeguare funzionalmente l'impianto natatorio coperto di proprietà del Comune di Cassina de' Pecchi, al fine di garantirne la sua piena fruibilità ed agibilità.

L'intervento di ristrutturazione e di adeguamento intende prefigurare un impianto natatorio funzionale ed all'avanguardia, in grado di competere con le altre strutture sportive dedicate alle discipline acquatiche già presenti sul territorio, dove l'integrazione tra la pratica sportiva, le attività ludico-ricreative e la ricerca della salute e del benessere sapranno trovare un equilibrato compendio in un progetto architettonico unitario.

L'aumento del tempo libero e la ricerca di una migliore qualità della vita hanno favorito una generale diffusione di tutte le varie discipline sportive, sia in forma agonistica, che ludico-ricreativa: si è, quindi, pensato di rendere la struttura natatoria esistente più moderna ed al passo con i tempi. La sua versatilità consentirà utilizzi diversificati con attività agonistiche ed attività sportive di base, attività sociali di vario genere, comunque legate al benessere e alla salute, senza penalizzarne la gestione della piscina comunale con consumi e costi difficilmente sostenibili.

I principali obiettivi e le finalità che il progetto di ristrutturazione ed adeguamento funzionale si propone di raggiungere per una migliore gestione dell'impianto natatorio oggetto di intervento si possono riassumere nei seguenti parametri:

- ✓ *la flessibilità e la funzionalità* per ottenere uno spazio idoneo ad esigenze e modi di utilizzo diversi nel tentativo di raggiungere il "tempo pieno" di fruizione della struttura sportiva in questione attraverso l'esistenza di spazi d'acqua con diverse caratteristiche;
- ✓ *il contenimento dei costi di gestione*, attraverso il dimensionamento ottimale dei volumi, l'accurata definizione delle componenti impiantistiche, la scelta di materiali durevoli, la semplicità nelle opere di manutenzione dei diversi componenti della piscina comunale;
- ✓ *la sicurezza*, sia per il normale svolgimento delle attività didattiche ed agonistiche di allenamento, sia in caso di grande presenza di pubblico nel rispetto delle normative vigenti;

Durante gli interventi di adeguamento della struttura esistente saranno rinnovate la vasca natatoria principale (nuoto didattico, agonistico ed amatoriale), portandola alle dimensioni di mt 25,00 x mt

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

10,00 con una profondità variabile da mt 1,40 a mt 1,80, con testate e blocchi di partenza da competizione sui lati corti e bordi a sfioro sui lati lunghi, e la vasca natatoria di ambientamento polifunzionale, portandola alle dimensioni di mt 10,00 x mt 5,00 con profondità media di mt 1,20, con tutti e quattro i bordi a sfioro.

Tutti i locali accessori all'impianto natatorio saranno oggetto di una sostanziale redistribuzione d'uso che prevedrà un ampio ingresso con l'aera di controllo accessi. Gli spogliatoi, i servizi igienici, le docce saranno ingranditi e potenziati, utilizzando anche parte dello spazio del piano delle vasche natatorie; saranno suddivisi per sesso con la possibilità che genitori e/o accompagnatori possano accedere alla struttura insieme agli utenti più piccoli, rendendo accessibili i locali anche alle persone diversamente abili.

Sarà realizzato un piano rialzato posto internamente al volume delle vasche natatorie, allo scopo di ospitare nuove funzioni in aggiunta a quelle già esistenti quali, ad esempio ed a mero titolo esemplificativo, palestra per attività di ginnastica a corpo libero propedeutica alle discipline acquatiche ovvero sala riunioni ed uffici.

Tanto premesso, la S.S.D. AQUA S.R.L. propone il seguente elenco di attività da praticare presso la piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI) :

1. Scuola nuoto per bambini e ragazzi (dai 3 ai 15 anni)
2. Scuola nuoto per adulti (dai 16 anni in poi)
3. Scuola nuoto over 70
4. Nuoto libero
5. Nuoto riabilitativo e rieducazione funzionale
6. Acquaterapy e training riabilitativo
7. Nuoto master
8. Acquaticità in gravidanza
9. Nuoto neonatale ( da 3 a 36 mesi)
10. Attività in acqua genitori con bambini
11. Propaganda
12. Pre-agonismo
13. Nuoto agonistico
14. Nuoto per salvamento
15. Nuoto pinnato
16. Attività subacquee
17. Apnea
18. Attività di nuoto rivolta alle scuole di ogni ordine e grado
19. Attività estiva di animazione
20. Attività per diversamente abili
21. Attività di integrazione per gli appartenenti alle fasce protette
22. Acquagym
23. Hydrobike
24. Aerobica in acqua bassa
25. Acquasoftgym
26. Acquastep
27. Ginnastica in acqua alta
28. Acquacircuit
29. Acquakick
30. Acquawalking
31. Aquacontrology (pilates in acqua)
32. Manifestazioni agonistiche di nuoto, , nuoto sincronizzato e nuoto per salvamento
33. Eventi di Fitness, Master Class

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

La descrizione delle attività proposte è la seguente:

### 1. Scuola Nuoto Bambini e ragazzi ( dai 3 ai 15 anni)

Questa attività si divide in due tipologie diverse di corsi di nuoto.

#### Corso di nuoto riservato ai bambini di età compresa tra i 3 ed i 5 anni

Si tratta di un corso di nuoto attraverso il quale l'allievo apprenderà l'acquaticità, la padronanza di schemi motori di base in acqua (camminare, saltare, afferrare oggetti, immergere il viso senza provare alcun fastidio, aprire gli occhi sott'acqua, soffiare aria sott'acqua dal naso e dalla bocca).

Componente fondamentale del corso, durante lo svolgimento di ogni singola lezione, sarà l'apprendimento attraverso il gioco. Il corso ha una cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il rapporto istruttore/allievi in questo caso sarà di n°1 istruttore per 10 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

#### Corso di nuoto rivolto ai ragazzi di età compresa tra i 6 ed i 15 anni

Si tratta di un corso di nuoto attraverso il quale l'allievo apprenderà degli schemi motori acquatici più avanzati (perfezionamento dell'immersione del viso con gli occhi aperti, perfezionamento dell'inspirazione fuori dall'acqua e dell'espiazione con il viso immerso, galleggiamento prono, supino e verticale, apprendimento delle quattro nuotate e dei rudimenti dell'apnea). Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il rapporto istruttore/allievi in questo caso sarà di n°1 istruttore per 10 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

### 2. Scuola Nuoto Adulti (dai 16 anni in poi)

E' un corso di nuoto rivolto a quei ragazzi che ormai stanno chiudendo il ciclo scolastico medio superiore e si apprestano all'inserimento nel mondo del lavoro o al proseguimento degli studi in ambito universitario e a quelle persone che, superata da un pezzo la maggiore età, hanno dei ritmi di vita scadenziati, frenetici, sedentari, insomma, dettati dall'attività che svolgono quotidianamente.

L'allievo apprenderà e/o perfezionerà le nuotate nei quattro stili, le tecniche di galleggiamento e di apnea. Verranno insegnati agli allievi più avanzati anche i rudimenti del "salvataggio in acqua".

Tutto ciò sarà attuato alternando momenti ludici a momenti di svago e ricreativi che l'adulto ricerca specialmente nella pratica sportiva per rilassarsi dopo lunghe giornate di lavoro.

Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il rapporto istruttore/allievi in questo caso sarà di n°1 istruttore per 10 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

### 3. Scuola Nuoto OVER 70

La possibilità di non essere sottoposti alla forza di gravità durante l'esercizio fisico rende il nostro corpo disponibile ad un numero maggiore di movimenti ed il gesto tecnico si trasforma in sensazione di benessere e rilassamento. **Questo corso è consigliato a chi** vuole ottenere un miglioramento o un recupero delle capacità coordinative ed articolari, tonificazione muscolare e rilassamento: il movimento non inteso come incremento della prestazione ma come miglioramento globale del modo di vivere. Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.





## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

Il rapporto istruttore/allievo sarà di n°1 istruttore per 8 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

#### 4. Nuoto libero

La S.S.D. AQUA S.R.L., al fine di rendere la struttura sportiva accessibile a tutti nella maggior parte degli orari, ha inteso riservare un sostanzioso numero di spazi acqua al nuoto libero nel computo di turni messi a disposizione dell'utenza.

#### 5. e 6. Nuoto riabilitativo e rieducazione funzionale, Aquaterapy e training riabilitativo

Si tratta di un'attività rivolta a utenti con particolari patologie come, ad esempio, la riabilitazione dell'articolazione del ginocchio e della caviglia. La terapia in acqua, per la parziale assenza di gravità, è un valido strumento di approccio per le più classiche patologie reumatiche e vertebrali, per migliorare l'esecuzione articolare, il tono muscolare e ridurre il dolore.

Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il rapporto istruttore/allievo sarà di n°1 istruttore per 1 allievo.

Il personale impiegato per questa attività sarà laureato in Scienze Motorie con la specializzazione in fisioterapia. I tempi e il numero di sedute terapeutiche per questa attività dipenderanno inderogabilmente dalla patologia e dalla capacità di recupero del paziente.

#### 7. Nuoto Master

Si tratta di un'attività di nuoto riservata agli utenti dai 25 anni in poi che si cimentano in allenamenti tesi al miglioramento della resistenza aerobica, al potenziamento muscolare e alla tonificazione dei muscoli. Coloro che parteciperanno a quest'attività si alleneranno per tre e/o quattro volte a settimana, ogni allenamento sarà di 50 minuti circa e sarà supportato da sedute di palestra.

Il monte ore di allenamento settimanale è pari a 6.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore di nuoto di base di nuoto ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

#### 8. Corso di acquaticità in gravidanza

L'acqua, fonte di vita, dà beneficio anche in questa delicata e meravigliosa fase che porta la donna ad essere mamma. Quest'ultima, con il galleggiamento del corpo in acqua e con esercizi di rilassamento, raggiungerà una buona consapevolezza corporea ed entrerà in intima relazione con il suo bambino. Attraverso gli esercizi acquatici otterrà il miglioramento delle funzioni cardiovascolare e respiratoria, migliorerà il tono muscolare e l'elasticità delle zone articolari. Migliorerà il controllo di ritmo e profondità del respiro. Grazie all'acqua verrà alleggerita la zona lombare con grande giovamento per la schiena.

Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Sarà fornito un minimo di assistenza alle gestanti all'interno degli spogliatoi.

Il rapporto istruttore/allievi sarà di n°1 istruttore per 8 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina dovrà possedere specifica attestazione di qualifica all'insegnamento delle tecniche e discipline acquatiche rivolto alle gestanti.

#### 9. Corso di nuoto neonatale

Il corso è rivolto ai piccolissimi allievi di età compresa tra 3 e 36 mesi. Elemento fondamentale di questo corso è la presenza in acqua di uno o di tutti e due i genitori che affiancheranno il proprio bambino o la propria bambina durante l'applicazione di tecniche di ambientamento e rilassamento in acqua specifiche.

Saranno forniti ai genitori dei fasciatoi sul piano vasca.

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

Sarà fornito un minimo di assistenza ai genitori all'interno degli spogliatoi.

Tenuto conto che i bambini dovranno lavorare insieme ai propri genitori, il rapporto istruttore/allievi sarà di n°1 istruttore per 10 allievi.

Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina dovrà possedere specifica attestazione di qualifica all'insegnamento delle tecniche e discipline acquatiche rivolto alla fascia neonatale.

### **10. Attività in acqua genitori con bambini**

Quest'attività è riservata a quei genitori che vogliono condividere a pieno lo sport con i loro figli.

La S.S.D. AQUA s.r.l. offre la possibilità di "nuotare l'uno accanto all'altro" allenandosi o, comunque, acquisendo le abilità acquatiche proprie di un corso di nuoto. Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

### **11. e 12. Attività del Settore Propaganda e pre-agonistica**

Questa attività è destinata agli allievi di età compresa tra i 6 ed i 9 anni, preventivamente selezionati dall'allenatore o dal coordinatore di vasca.

Gli obiettivi sono: la finalizzazione e l'approfondimento del ciclo di base dell'apprendimento acquisito nella scuola nuoto; l'acquisizione delle tecniche necessarie per l'introduzione degli allievi all'attività agonistica con l'accenno ad una metodologia di allenamento specifica per l'attività infantile e giovanile; l'accrescimento attraverso l'attività motoria multilaterale della personalità psicofisica dell'allievo per un suo complessivo ed armonioso sviluppo.

Il corso prevede anche la partecipazione a gare sociali per la finalizzazione e la verifica dell'attività svolta, e per una gratificazione personale dell'atleta che effettua le sue prime competizioni agonistiche.

Il monte ore di allenamento settimanale è pari a 6.

Il rapporto istruttore/allievo sarà di n°1 istruttore per 20 allievi.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato come Allenatore di nuoto almeno di I livello ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

### **13. Nuoto agonistico**

#### **Categoria Esordienti A e B**

Questa attività è rivolta a giovani atleti di età compresa tra i 9 e i 12 anni.

Si inizia un percorso di formazione: su base multilaterale vengono acquisite, sviluppate e consolidate le capacità coordinative, la resistenza generale e la rapidità attraverso un processo metodologico e didattico fatto di tappe consecutive e crescenti, con carichi di allenamento adeguati all'età e alla disponibilità degli atleti; inoltre, l'aspetto della disponibilità alla prestazione come, ad esempio, motivazione, atteggiamenti e controllo emotivo, viene costantemente monitorato e consolidato.

L'obiettivo della preparazione è finalizzato alla partecipazione a competizioni agonistiche di livello locale, regionale e nazionale, attraverso le quali l'atleta inizia a confrontarsi e a fare esperienze agonistiche a livelli crescenti e sempre più stimolanti, non solo individuali ma anche di squadra.

#### **Categoria Ragazzi, Juniores e Cadetti**

Attività riservata ad atleti di età a partire dai 13 anni in su, selezionati dagli allenatori nei settori giovanili.

Si inizia a guardare alla prestazione. L'atleta deve acquisire una specializzazione in una disciplina sia per stile che per distanza, attraverso lo sviluppo sia condizionale, sia di repertorio tecnico tattico specifico.

**Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi**

Il calendario annuale delle competizioni è programmato e gli allenamenti sono periodicizzati per ottenere la massima prestazione negli eventi agonistici stabiliti.  
 Alla preparazione in vasca si affianca una preparazione in palestra.  
 Il monte ore di allenamento settimanale è pari a 12.  
 Il rapporto istruttore/allievo sarà di n°1 istruttore per 20 allievi.  
 Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato come Allenatore di nuoto almeno di I livello ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

**14. Nuoto per salvamento**

E' una disciplina che sta esplodendo negli ultimi anni e miscela la tecnica del nuoto con dei gesti tecnici che simulano l'intervento di un assistente bagnante sia in acque libere che in acque interne.  
 E' rivolta alle stesse categorie agonistiche del nuoto e può essere svolta nelle stesse sedute di allenamento.  
 La S.S.D. AQUA S.R.L. riserverà alla disciplina del nuoto per salvamento spazi idonei nella fascia pomeridiana per 3 volte a settimana.  
 Il personale impiegato sarà brevettato come Istruttore di Nuoto per Salvamento e/o Allenatore di Nuoto per salvamento con titoli riconosciuti dalla Federazione Italiana Nuoto.  
 Il monte ore di allenamento settimanale è pari a 6.

**15. Nuoto pinnato**

E' un'attività acquatica che, avvalendosi di specifiche attrezzature ( pinne, boccaglio ) permette all'atleta il raggiungimento di velocità decisamente più elevate rispetto al nuoto.  
 I corsi prevedranno 4 sedute di allenamento a settimana.  
 Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina dovrà possedere specifica attestazione di qualifica all'insegnamento del nuoto pinnato rilasciata dalla F.I.P.S.A.S. o da Federazioni analoghe.  
 Il monte ore di allenamento settimanale è pari a 8.

**16. e 17. Attività subacquee e di apnea**

La S.S.D. AQUA S.R.L. riserverà alle attività subacquee e di apnea idonei spazi nella fascia serale per 2 volte a settimana.  
 Il corso avrà cadenza bisettimanale.  
 Il personale impiegato dovrà possedere idonee qualifiche riconosciute dalla F.I.P.S.A.S. o da Federazione analoga.

**18. Attività di nuoto per Istituti scolastici di ogni ordine e grado**

Potranno essere organizzate attività rivolte ad istituti scolastici direttamente dalla S.S.D. AQUA S.R.L., differenziate negli obiettivi e nelle metodologie di insegnamento se rivolte alla scuola dell'infanzia, alla scuola primaria o alla scuola secondaria e superiore.  
 Per tali attività la S.S.D. AQUA S.R.L. riserverà adeguati spazi nella fascia mattutina. Anche in questo caso per il servizio di assistenza negli spogliatoi e per il rapporto istruttore/allievi si farà riferimento a quanto finora enunciato per la Scuola Nuoto.  
 Il corso potrà avere cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.  
 Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Allievo Istruttore di nuoto o Istruttore di nuoto di base ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti.

**19. Attività estiva di animazione**

Si tratta di un'attività che, la S.S.D. AQUA S.R.L. intende proporre nel periodo estivo. I ragazzi, seguiti da Allievi Istruttori di nuoto, da Istruttori di nuoto di base e da animatori qualificati.

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

trascorreranno la giornata presso la piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI) (dalle ore 09.00 alle ore 16.00) svolgendo tutte le discipline acquatiche.

Nell'arco della giornata, i bambini ed i ragazzi, oltre a svolgere lezione di nuoto ed attività ludico - ricreative in acqua, si dedicano ad altre attività, da svolgere all'interno dei locali della piscina o nelle aree esterne ad essa pertinenti ovvero negli spazi a verde della adiacente scuola qualora fosse concesso, quali, ad esempio, il disegno, la pittura, l'apprendimento dei rudimenti di una lingua straniera ed altre ancora. Per tali discipline extra - acquatiche sarà, di volta in volta, chiamato personale con competenze specifiche certificate.

### **20. e 21. Attività per persone diversamente abili e attività di integrazione per appartenenti alle fasce protette**

La S.S.D. AQUA S.R.L. riserverà, tutti i giorni della settimana, dalle ore 7.40 alle ore 22.40 sempre adeguati spazi acqua affinché si possano svolgere i progetti dedicati ai diversamente abili.

Il grado di disabilità permette, inoltre, se lieve, di poter inserire nei corsi di Scuola Nuoto per normodotati il diversamente abile. In tal caso, possiamo dire che questi ultimi potranno usufruire di tutte le ore settimanali, delle fasce orarie e degli spazi acqua dedicati ai corsi di Scuola Nuoto, tenendo presente che in ogni gruppo di normodotati potrà essere inserito n°1 diversamente abile con lieve grado di disabilità.

Resta inalterato il rapporto istruttore/allievi stabilito in precedenza per la Scuola Nuoto.

I corsi avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina dovrà possedere specifica attestazione di qualifica all'insegnamento delle tecniche e discipline acquatiche rivolto ai diversamente abili.

### **22. Acquagym**

E' un'attività ricreativa che prevede l'esecuzione di una serie di esercizi finalizzati al miglioramento del tono muscolare, alla mobilità articolare e prevede l'utilizzo della musica.

I corsi avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale e ogni lezione avrà la durata di 50 minuti.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

### **23. Hydrobike**

E' una disciplina innovativa che si basa sull'utilizzo di un particolare attrezzo: l'hydrobike. Attraverso l'esecuzione di un numero svariato di ritmi ed esercizi, le persone svolgeranno non solo un lavoro specifico mirato al miglioramento del tono muscolare degli arti inferiori, ma effettueranno un prolungato lavoro di resistenza aerobica.

I corsi avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale e ogni lezione avrà la durata di 50 minuti.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

### **24. Aerobica in acqua bassa**

Si tratta di una disciplina di tipo coreografico in cui l'aspetto fisico-coordinativo è determinante. La lezione, che ha la durata di 50 minuti, prevede una serie di movimenti ginnici legati tra loro da una coreografia che va eseguita a tempo di musica.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

*PV*



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## 25. Acquasoftgym

E' un corso di ginnastica in acqua rivolto ad utenti della terza età o a persone che abbiano particolari esigenze di mobilitazione articolare. La lezione si svolge in maniera più rilassata perché l'obiettivo finale non ha solo un carattere fisico, ma anche psichico.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

## 26. Acquastep

Quest'attività si basa sull'utilizzo di un attrezzo: lo step che, dotato di apposite ventose, aderisce perfettamente al fondo della vasca piccola ed è un ottimo impiego per le attività di tonificazione, di preparazione atletica e può essere utilizzato come valido sostegno e appoggio per le attività di recupero funzionale in acqua.

La lezione, della durata di 50 minuti, avrà carattere coreografica e si baserà sul ritmo musicale prescelto.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

## 27. Ginnastica in acqua alta

Quest'attività prevede una successione di movimenti, non necessariamente simmetrici, legati tra loro da particolari accorgimenti che consentono lo sviluppo della coordinazione motoria e la tonificazione dei diversi distretti muscolari (addominali, glutei, braccia), attraverso l'utilizzo anche di specifici sussidi didattici, come cavigliere, manubri e cinture galleggianti.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

## 28. Acquacircuit

L'allenamento a circuito prevede l'utilizzo di più attrezzi e l'inserimento di diverse stazioni di lavoro, cioè una successione di esercizi predisposti al fine di conseguire un obiettivo fisico e tecnico di condizionamento organico mirato verso un pubblico a cui rivolgiamo la lezione.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale e una durata di 50 minuti.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

## 29. Acquakick

E' un programma di allenamento da eseguire in acqua caratterizzato dall'acquisizione di tutti gli esercizi per la preparazione al pugilato e alle arti marziali. La lezione richiede l'utilizzo di specifici guanti da Kick Box che servono per aumentare il potenziamento degli arti superiori.

Le lezioni avranno cadenza monosettimanale e/o bisettimanale e una durata di 50 minuti.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in acqua ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

**30. Acquawalking (Water Trekking)**

Questa nuovissima attività di tipo cardio tonico, si basa sull'utilizzo di uno specifico tapis roulant acquatico, dotato di una pedana scorrevole a intensità e pendenza crescente.

Le lezioni, mirate all'area del tronco, delle gambe e dei glutei, avranno una cadenza monosettimanale e/o bisettimanale e una durata di 50 minuti.

Il personale impiegato per l'insegnamento di tale disciplina sarà brevettato almeno come Istruttore Specialistico di Fitness in ed il titolo dovrà essere riconosciuto dalla F.I.N. o da Enti equivalenti e dovrà inoltre possedere specifiche specializzazioni.

**31. Acquacontrology**

Si tratta di una innovazione tesa più che all'aspetto fisico ed allenante, all'aspetto psichico; infatti questa attività si basa sull'acquisizione delle metodologie del pilates.

Questa attività avrà cadenza monosettimanale e / o bisettimanale della durata di 40/50 minuti e sarà svolta da operatori specializzate nelle terapie su menzionate e da Istruttori di fitness specializzati.



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## **Programma di funzionamento, manutenzione, approvvigionamento, mantenimento e custodia**

### **Programma di pulizia e sanificazione**

E' indispensabile individuare le aree di intervento. Nella fattispecie avremo:

- zona hall e zone comuni per il pubblico (corridoi, uffici, tribune, area antistante al bar-ristoro, etc.);
- locale bar-ristoro;
- locali spogliatoi e servizi igienici in genere;
- piano vasche;
- vasche;
- locale palestra;
- locali tecnici (intesi come aree e non come impianti e macchinari);
- aree esterne.

Per attuare il piano di pulizia e sanificazione previsto dalla nostra Società, saranno utilizzate le seguenti attrezzature:

- n°1 idropulitrice con sistema di aspirazione liquidi;
- n°2 mono spazzole rotanti con dischi abrasivi di diversa consistenza;
- n°4 bidoni aspira liquidi;
- n°2 aspira fango completi di aste e tartaruga;
- n°1 ponteggio mobile componibile di altezza idonea alla pulizia ed alla manutenzione di tutte le parti alte e/o sospese.

Le unità lavorative previste per l'igiene e la pulizia della piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI) saranno, a regime, 4 e si alterneranno in turni di lavoro a partire da un'ora prima dell'apertura dell'impianto al pubblico fino a 20' dopo l'inizio dell'ultimo turno dei corsi previsti nell'impianto sportivo in questione.

### **Interventi giornalieri**

- pulizia delle superfici della zona hall e delle aree comuni per il pubblico con agenti detergenti e disinfettanti;
- svuotamento dei cestini per i rifiuti e sostituzione dei sacchi contenitori al loro interno;
- pulizia delle superfici dei locali spogliatoio e di tutti i locali servizi igienici con agenti detergenti, disinfettanti ed antimicotici;
- rimozione di tutti i coperchi e le griglie presenti sui pozzetti e le canaline di raccolta delle acque nei locali spogliatoio e servizi igienici, pulizia con detergenti e disinfettanti dei coperchi stessi, dei pozzetti e delle canaline menzionate, rimozione di capelli o altro materiale in tali punti depositati;
- pulizia con detergenti anticalcare e disinfettanti di rubinetterie, lavabi, wc, orinatoi, vaschette lava piedi e quant'altro in ceramica presente nei locali spogliatoi, nei locali servizi igienici, sul piano vasche e nel locale bar;
- pulizia e sanificazione delle superfici del locale palestra con agenti detergenti e disinfettanti;
- pulizia delle superfici del piano vasche con agenti disinfettanti ed antimicotici con l'ausilio della macchina idropulitrice;
- spazzamento delle aree esterne con rimozione di rifiuti presenti nei viali, nel parcheggio e nelle aree verdi della piscina;
- svuotamento delle ceneriere e dei cestini esterni per i rifiuti e sostituzione dei sacchi contenitori al loro interno;
- pulizia del fondo delle vasche con l'ausilio delle pompe aspira fango.

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

Questa serie di interventi dovrà essere attuata dalle ore 07,00 alle ore 10,00, per ciò che concerne le aree spogliatoi, servizi igienici e piano vasche e richiederà l'impiego, a regime, di n°4 unità lavorative addette alle pulizie e di un manutentore che si occuperà esclusivamente della pulizia del fondo delle piscine.

Dalle ore 10,00 e fino a fine turno, due addetti/e alle pulizie continueranno a svolgere le attività programmate ed andranno via a lavoro ultimato; altre due unità resteranno all'interno della zona spogliatoi e sul piano vasca per asciugare e pulire tutte le superfici ad ogni cambio di turno dei corsi delle discipline acquatiche, in modo tale che l'impianto risulti costantemente pulito. Queste ultime due unità saranno sostituite, con le medesime mansioni, durante gli orari pomeridiani e serali da altre due unità del successivo turno di lavoro.

**Interventi settimanali**

- pulizia con agenti detergenti e disinfettanti degli armadietti, delle cabine a rotazione e degli arredi in genere;
- pulizia e lucidatura di tutte le parti in acciaio o in metallo presenti nei locali spogliatoio, nei locali servizi igienici, sul piano vasche e nel locale bar (supporti arredi e pareti in laminato, scalette, pali per bandierine, blocchi di partenza, etc);
- pulizia di tutte le tubazioni a vista dell'utenza presenti all'interno della struttura sportiva;
- pulizia con agenti detergenti, disinfettanti e antimicotici, con l'impiego di retine altamente abrasive, dei rivestimenti presenti all'interno dei locali doccia, con particolare attenzione alle fughe presenti tra le mattonelle, per la rimozione di grasso umano e pelle morta;
- pulizia dei vetri fino ad un'altezza ≤ 3,00 mt. che non prevede il montaggio di ponteggio mobile;
- pulizia delle pavimentazioni dei locali zona hall, dei locali spogliatoio, dei locali servizi igienici, del piano vasche con l'ausilio delle mono spazzole e dei dischi abrasivi;
- pulizia e sistemazione dei locali deposito e magazzino, e dei locali degli impianti.

Questi interventi potranno essere attuati in modo distribuito nell'arco dell'intera settimana, inserendone uno per ogni giorno all'interno delle mansioni giornaliere senza che i piani di lavoro subiscano alcuno sconvolgimento che possa andare a danno dell'utenza.

**Interventi mensili**

- pulizia con agenti detergenti, disinfettanti, antimicotici ed anticalcare, delle griglie presenti sulle canaline di raccolta delle acque lungo il perimetro delle vasche;
- pulizia con agenti detergenti e disinfettanti delle canaline di raccolta delle acque presenti lungo il perimetro delle vasche;
- pulizia delle griglie presenti lungo le canalizzazioni di immissione e ripresa dell'aria;
- pulizia dei vetri e di tutte quelle superfici poste ad un'altezza superiore a 3 mt. che richiede l'ausilio di ponteggio mobile;
- smontaggio e pulizia di tutti i diffusori d'acqua delle docce con rimozione del calcare per mezzo di specifici prodotti detergenti.

Tali interventi potranno essere eseguiti l'ultima domenica di ogni mese, negli orari di chiusura al pubblico del centro natatorio.

**Programma di manutenzione ordinaria dell'impianto**

La S.S.D. AQUA S.R.L. redigerà un "Fascicolo del fabbricato" per regolamentare la manutenzione ordinaria e straordinaria della piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI). Tale manuale sarà così composto:



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## **A. MANUTENZIONE IMPIANTI**

### **IMPIANTI ELETTRICI E DI SICUREZZA**

#### **Interventi a cadenza giornaliera**

- controllo della funzionalità dei corpi illuminanti ed eventuali sostituzioni
- controllo della funzionalità dei dispositivi elettrici ed eventuali sostituzioni
- controllo spie quadri elettrici
- eventuale sostituzione targhette e pannelli indicatori rotti

#### **Interventi a cadenza settimanale**

- pulizia lampade, schermi di protezione, globi e vetri trasparenti

#### **Interventi a cadenza trimestrale**

- verifica linee e dispositivi elettrici
- controllo della funzionalità dei dispositivi di protezione automatica differenziale (salvavita)
- controllo condensatori
- controllo dispersioni
- controllo accumulatori
- verifica funzionamento lampade di emergenza
- verifica integrità corpi illuminanti
- verifica funzionalità impianto antincendio
- verifica funzionalità impianto antintrusione
- verifica funzionalità impianto di segnalazione emergenza a chiamata (servizi igienici)
- controllo efficienza prese e interruttori
- revisione e verifica elettrosaldature
- revisione e verifica impianti telefonici, audio fonici, di filodiffusione, automatismi e cancelli elettrici

#### **Interventi a cadenza annuale**

- revisione e controllo dell'impianto di messa a terra
- revisione e controllo dell'impianto contro le scariche atmosferiche
- revisione e controllo di tutti i quadri elettrici

### **IMPIANTI TERMICI**

#### **Interventi a cadenza quotidiana**

- verifica della pressione e della temperatura dei circuiti di mandata e ritorno
- eventuale taratura dei termostati ambiente
- controllo della temperatura di vasca ed eventuale taratura degli strumenti di misurazione
- controllo temperatura di erogazione rubinetti e altri punti di consegna ed eventuale taratura degli strumenti di misurazione

#### **Interventi a cadenza settimanale**

- permuta del funzionamento del gruppo pompe

Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

**Interventi a cadenza mensile**

- controllo dei termometri, termostati, pressostati, vasi di espansione, regolatori di pressione, valvole e raccordi dei collettori
- controllo funzionamento addolcitore e verifica del livello di sale
- verifica efficienza delle pompe di circolazione

**Interventi a cadenza annuale**

- revisione e controllo di tutto l'impianto di riscaldamento
- prova a regime prima dell'inizio della stagione sportiva
- revisione e controllo delle reti di distribuzione del fluido termico

**IMPIANTI DI CLIMATIZZAZIONE**

**Interventi a cadenza trimestrale**

- controllo sulla formazione di condensa nella sezione di umidificazione
- controllo ed eventuale pulizia o sostituzione filtri a perdere, celle fisse rigenerabili, filtri assoluti
- pulizia delle tasche di contenimento filtri
- pulizia griglie e canali
- ispezione su formazione di acqua nell'unità centrale di trattamento aria e pulizia
- controllo e pulizia umidificatori a vapore e verifica del drenaggio della condensa
- ispezione e pulizia batterie di scambio termico, controllo dei sifoni e verifica della condensa
- controllo delle tenute tra aria in ingresso e aria in uscita nei sistemi per il recupero del calore
- controllo, pulizia e ispezione vasche di raccolta della condensa, controllo dei sifoni controllo e pulizia deumidificatori, controllo dei sifoni, ispezione delle batterie fredde condensanti e della vasca di raccolta della condensa

**Interventi a cadenza semestrale**

- verifica delle bocchette di mandata e di ripresa dell'aria
- verifica delle serrande e dei servomotori
- ispezione delle serrande tagliafuoco e loro lubrificazione

**Interventi a cadenza annuale**

- manutenzione U.T.A. e termo ventilanti
- pulizia esterna di tutte le batterie
- verifica ed eventuale sostituzione dei raccordi antivibranti esterni ed interni
- verifica dei cassoni condizionatori e delle relative guarnizioni di fissaggio
- verniciatura delle tubazioni esterne deteriorate e/o arrugginite
- analisi microbiologiche sui filtri dell'aria per il controllo e prevenzione della legionella

**IMPIANTI ANTINCENDIO**

**Interventi a cadenza semestrale**

- verifica periodica estintori
- prova di efficienza dei presidi fissi



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## IMPIANTI IDRAULICI

### Interventi a cadenza giornaliera

- controllo della temperatura
- controllo efficienza scarichi a pavimento

### Interventi a cadenza trimestrale

- controllo dei vasi di espansione
- controllo termometri, termostati, valvole, centraline antilegionellosi
- controllo pompe di sollevamento e relativi quadri elettrici
- controllo reti di carico e scarico acque ed ispezioni lungo le tubazioni

### Interventi a cadenza semestrale

- controllo delle tenute meccaniche dei motori
- controllo degli anelli di chiusura e delle valvole giranti
- controllo dei regolatori di livello
- controllo delle componenti elettriche ed elettromeccaniche dei quadri elettrici delle pompe e dei relativi allarmi
- controllo delle linee elettriche di collegamento tra i quadri elettrici ed i motori
- controllo statore e spazzole motori
- pulizia generale delle pompe e dei vani dove alloggiavano
- controllo basamenti, staffe di sostegno, infissi, botole e chiusini di accesso

## IMPIANTI TRATTAMENTO ACQUE PISCINA

### Interventi a cadenza quotidiana

- lavaggio filtri
- lettura contatore di reintegro per il ricambio d'acqua
- controllo del cloro attivo (ogni quattro ore con fotometro)
- controllo del cloro combinato (ogni quattro ore con fotometro)
- controllo del PH (ogni quattro ore con fotometro)
- controllo della temperatura delle vasche
- compilazione del registro dei valori delle vasche
- controllo della perdita di carico dei filtri
- controllo funzionamento sfioratori
- controllo funzionamento delle pompe dosatrici di prodotti chimici
- pulizia dell'acqua delle vasche a vasca piena con pulitore automatico o pompa aspirafango e asportazione dell'eventuale materiale galleggiante
- pulizia sacchetto robot per pulizia piscina

### Interventi a cadenza settimanale

- pulizia prefiltri
- controllo acido cianurico
- controllo dei cloruri
- reintegro cloro, acido e decolorante
- controllo livello dei reagenti centralina
- regolazione ugelli delle pompe dosatrici
- rabbocco sali quaternari d'ammonio del circuito antimicotico

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

- controllo dei grigliati di bordo vasca ed eventuale sostituzione di traversine danneggiate, scivolose e trattamento antialga

### **Interventi a cadenza mensile**

- pulizia ed eventuale taratura delle centraline, elettrodi, iniettori, ecc.
- pulizia degli ugelli delle pompe dosatrici
- ispezione dei tubi di iniezione
- svuotamento e pulizia dei contenitori di acido e cloro
- spurgo compressore
- analisi microbiologiche e chimico-fisiche dell'acqua in vasca presso laboratorio certificato

### **Interventi a cadenza annuale**

- svuotamento e sanificazione delle vasche natatorie e trattamento antialga prima del riempimento
- svuotamento e sanificazione delle vasche di compenso e trattamento antialga prima del riempimento
- svuotamento, sanificazione, sostituzione e/o reintegro delle masse filtranti presenti nei filtri di trattamento delle acque delle vasche natatorie
- analisi microbiologiche dell'acqua della rete idrica per il controllo e prevenzione della legionella

## **B. FINITURE MURARIE**

### **Interventi a cadenza mensile**

- ispezione e pulizia canali di gronda e pluviali
- pulizia tubature e pozzetti di ispezione
- controllo sistema fognario

### **Interventi a cadenza trimestrale**

- controllo serramentistica interna ed esterna

### **Interventi a cadenza annuale**

- tinteggiatura spogliatoi, corridoi di accesso, zona hall e zona bar ristoro
- verniciatura, se necessario, di tutte le parti metalliche interne ed esterne
- verifica del legno lamellare esposto alle intemperie ed eventuale trattamento
- verifica dei requisiti statici e di sicurezza, della stabilità ed efficienza tecnica dei soffitti e delle finiture murarie interne ed esterne, nonché delle pavimentazioni e dei rivestimenti

### **Interventi a cadenza triennale**

- tinteggiatura esterna del centro sportivo
- tinteggiatura del piano vasche

## **C. ARREDI**

### **Interventi a cadenza mensile**

- controllo delle cerniere e delle chiusure degli armadietti
- controllo delle cerniere e delle chiusure delle cabine a rotazione
- controllo dei fissaggi a muro e dei supporti metallici delle pareti in laminato stratificato e delle cabine a rotazione



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## **Programma delle iniziative informative e pubblicitarie per comunicare la fruibilità della piscina**

La S.S.D. AQUA S.R.L. annualmente articolerà una campagna pubblicitaria e di promozione della piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI) e delle attività in essa praticate che si svilupperà attraverso 4 canali principali: **pubblicità visiva, pubblicità sonora, pubblicità in rete e pubblicità in 4D.**

### **Pubblicità visiva**

Prima dell'inizio di ogni anno sportivo, all'apertura delle scuole, al termine delle festività natalizie ed in primavera, saranno ideati cartelloni pubblicitari delle dimensioni di mt. 6 x 3 da distribuire sul territorio, in presidi fissi, in un raggio di 15 km dal Comune di Cassina de' Pecchi (MI). Verranno effettuati dei servizi di volantinaggio all'uscita delle scuole e presso i centri commerciali e le outlet esistenti in zona. Sarà informata la popolazione tutta, attraverso l'affissione di manifesti, di ogni evento sportivo ed ogni manifestazione che si terrà presso l'impianto sportivo in questione.

Attraverso il progetto "Nuoto ... in cartella", previa autorizzazione delle Direzioni didattiche, saranno organizzate riunioni nelle varie scuole del Comune di Cassina de' Pecchi per illustrare agli alunni le potenzialità dell'elemento "ACQUA" come momento di crescita e di sviluppo sia mentale che fisico e la bellezza delle discipline acquatiche in esso praticate.

### **Pubblicità sonora**

Verranno affidati ad emittenti radio locali messaggi promozionali e comunicati stampa relativi alle attività didattiche, agonistiche e proporzionali che si svolgeranno presso la piscina comunale coperta di Cassina de' Pecchi (MI).

### **Pubblicità in rete**

Attraverso la creazione di un sito internet la piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI) sarà in stretto contatto con la sua clientela esistente e potenziale, tenendola costantemente aggiornata sulle attività svolte, sull'offerta dei corsi, sulle iniziative agonistiche, su quelle di fitness e quelle sociali.

### **Pubblicità in 4D**

Il mondo del cinema ci ha insegnato che le immagini in 3D sono quelle che riusciamo a vedere come se fossimo in esse proiettati ma in modo passivo. L'esperienza 4D è quella che coinvolge in modo attivo il soggetto interessato.

Una domenica al mese la S.S.D. AQUA s.r.l. organizzerà delle giornate in piscina aperte alla cittadinanza per permettere a tutti di cimentarsi nelle varie discipline acquatiche. Si svolgeranno, a titolo esemplificativo e non esaustivo, lezioni di nuoto, Master Class di fitness, lezioni di subacquea e quant'altro necessario ad invogliare i partecipanti ad aderire ad una delle innumerevoli offerte di corsi nelle svariate discipline che si potranno praticare presso la piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI).



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

## **Reportistica ed analisi del reclamo**

Per ottimizzare i servizi offerti all'utenza sarà costituito all'interno della struttura organizzativa della S.S.D. AQUA s.r.l. un organo di valutazione che avrà il compito di monitorare periodicamente la qualità delle attività organizzate.

Tale organo sarà composto da quattro membri presi a vari livelli dall'organigramma per la gestione del centro natatorio, da un membro di una società di valutazione esterna e da due membri individuati periodicamente tra l'utenza.

Una procedura per la rilevazione del grado di soddisfazione della clientela verrà attivata periodicamente per monitorare la bontà dei servizi offerti, la professionalità e la cortesia del personale, la pulizia della struttura, la varietà dei corsi e degli orari praticati. Tale procedura prevedrà le seguenti fasi:

- somministrazione periodica dei questionari (All. A);
- raccolta ed elaborazione dati;
- analisi e confronto dei dati sull'andamento dell'impianto a medio periodo;
- intervento su eventuali problematiche evidenziate dalla clientela o dal personale;
- verifica della validità degli interventi;
- giudizio sull'operato da parte dell'organo di valutazione.

A tale procedura ne verrà affiancata un'altra per la gestione dei reclami che l'utenza, sia in modo cartaceo che digitale, utilizzando la mail dell'associazione, potrà inoltrare alla gestione ogniqualvolta lo ritenga opportuno. Il suo funzionamento sarà il seguente:

- acquisizione del reclamo (All. B);
- apertura di un fascicolo del reclamo che resterà agli atti dell'associazione;
- verifica interventi preventivi;
- attuazione interventi correttivi;
- verifica della validità degli interventi correttivi;
- giudizio sull'operato da parte dell'organo di valutazione.

Un modello di report ideato dalla S.S.D. AQUA s.r.l. informerà l'Amministrazione Comunale sia sull'andamento del grado di soddisfazione della clientela (All. C) sia sui singoli reclami che perverranno alla Società con le verifiche del caso fatte, gli interventi correttivi apportati ed il risultato ottenuto (All. D).



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

**Organizzazione e gestione del personale e corpo tecnico insegnante**

La S.S.D. AQUA S.R.L. propone, in caso di accoglimento della proposta di riqualificazione della piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI) da parte dell'Amministrazione Comunale, che l'impianto natatorio in questione venga governato da un Direttore Sportivo che avrà il compito di gestire e dirigere tutte le attività che in esso si svolgeranno, nonché di organizzare e controllare il personale e di occuparsi dell'aspetto amministrativo, coadiuvato da figure professionali quali l'addetto alla reception, che avrà il compito di informare l'utenza circa i corsi, le attività e i relativi costi, e di registrare e archiviare le iscrizioni. Esso si relazionerà con il Comune per tutti gli aspetti pertinenti al funzionamento della piscina comunale. Da un punto di vista strettamente tecnico, il Direttore si relazionerà, inoltre, con il Coordinatore di vasca che è abilitato all'organizzazione delle attività sul bordo vasca, al controllo del personale tecnico, ad effettuare incontri con i genitori degli allievi, ad aggiornare gli istruttori e a promuovere iniziative sociali quali, ad esempio, prove di brevetto, saggi e gare amatoriali.

Lo staff tecnico sarà costituito da Allievi Istruttori di Nuoto e da Istruttori di nuoto di base, in possesso della qualifica della Federazione Italiana Nuoto, i quali saranno abilitati all'insegnamento delle abilità acquatiche seguendo una programmazione didattica propria alla nostra Scuola Nuoto Federale.

Gli specialisti del fitness in acqua promuoveranno le discipline dell'Acquastep, dell'aerobica in acqua, della ginnastica in acqua alta, dell'Acquasoftgym, dell'Acquacircuit e dell'Hydrobike servendosi di particolari sussidi didattici e utilizzando la musica, creando coreografie divertenti ed allenanti per gli allievi.

Il settore agonistico sarà organizzato dai dirigenti societari e dagli allenatori che, a seconda della disciplina nella quale sono specializzati, alleneranno gli atleti accompagnandoli a gare e tornei.

Durante lo svolgimento dei corsi, soprattutto durante quelli riservati ai bambini, negli spogliatoi ci saranno degli addetti che presteranno controllo e assistenza.

La pulizia dell'intero impianto e la manutenzione ordinaria sarà affidata agli addetti alle pulizie e ai manutentori, i quali avranno il compito di tenere sempre in ottime condizioni igienico-sanitarie tutti i locali, nonché il bordo vasca e le vasche natatorie e si occuperanno della manutenzione e della pulizia delle aree esterne, degli impianti tecnologici e delle attrezzature.

Ipotizzando il funzionamento della piscina comunale di Cassina de' Pecchi a pieno regime, ovvero con una presenza di almeno 40 utenti per ciascuno dei 15 turni di scuola nuoto adulti e bambini (dalle ore 16,30 alle ore 20,40), con un gruppo propaganda, pre agonistico ed agonistico costituito da almeno 70 unità, con una presenza di almeno 10 utenti per ciascuno dei 18 turni di Fitness in acqua, e con altri 100 - 150 utenti suddivisi tra il nuoto libero e le altre discipline, per un totale di circa 950

1000 utenti mensili, la S.S.D. AQUA s.r.l. ha ipotizzato l'impiego dei seguenti collaboratori:

## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

<b>Figura professionale</b>	<b>Descrizione delle mansioni</b>	<b>Qualifica</b>	<b>Inquadramento contrattuale</b>	<b>Numero addetti a regime</b>
<b>Direttore di impianto</b>	E' la persona che governa tutte le attività svolte nella struttura natatoria	Direttore sportivo e gestore di impianti natatori rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	<b>1</b>
<b>Coordinatore di vasca</b>	Ha il compito di organizzare le attività praticate in piscine e di coordinare il personale tecnico ad esse dedicato. Ha funzione di controllo sulla regolarità degli obblighi amministrativi dell'utenza	Coordinatore di Scuola Nuoto rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	<b>2</b>
<b>Allievo Istruttore ed Istruttore di base di nuoto</b>	Insegna la disciplina del nuoto	Istruttore di nuoto di I e II livello rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto, o laurea in Scienze Motorie	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	<b>8</b>
<b>Istruttore Specializzato di Fitness in acqua</b>	E' abilitato ad eseguire allenamenti di ginnastica e fitness in acqua a seconda delle sue specializzazioni	Istruttore di Fitness rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto e specializzazioni relative alla tipologia del corso	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	<b>4</b>



## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

<b>Istruttore di Nuoto per la Terza e la Quarta età</b>	E' abilitato a far eseguire esercizi e a proporre sedute di allenamento ad allievi over 65	Istruttore di Nuoto per la Terza e la Quarta età rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	<b>1</b>
<b>Allenatore di Nuoto, Nuoto per Salvamento, Nuoto Sincronizzato, Nuoto Pinnato e Nuoto Master</b>	Allena atleti a livello agonistico nella disciplina per la quale è abilitato	Allenatore di Nuoto, Nuoto per Salvamento e Nuoto Sincronizzato di I o II livello rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	<b>3</b>
<b>Assistente bagnante</b>	Vigila sul piano vasca per l'incolumità degli utenti e fa rispettare le regole di sicurezza ed igiene impartite dalla Direzione	Assistente bagnante per acque interne ed acque libere rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	<b>4</b>
<b>Addetto al servizio amministrativo/gestionale</b>	E' abilitato a dare informazioni all'utenza circa le attività, i corsi e le iniziative proposte nell'impianto; a registrare ed archiviare le iscrizioni ai corsi, le documentazioni mediche richieste e i reclami proposti dall'utenza.	Diploma di scuola superiore o laurea, patente europea per l'utilizzo del personal computer	Contratto di collaborazione coordinata e continuativa parasubordinato art.61 Decreto legislativo 276/2003	<b>2</b>



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

<b>Addetto alle pulizie</b>	Ha il compito di tenere gli spogliatoi, i servizi, il bordo vasca, le tribune e gli uffici sempre puliti e in ottime condizioni igienico-sanitarie	Esperienza lavorativa documentata nel settore delle pulizie industriali con capacità di conduzione di mono spazzola ed idropulitrice	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	4
<b>Addetto all'assistenza negli spogliatoi</b>	E' la persona incaricata di far rispettare il regolamento societario all'interno degli spogliatoi e a dare assistenza ai bambini	Diploma di scuola superiore	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	2
<b>Manutentore</b>	Ha il compito di tenere sempre in buono stato tutti gli impianti e le attrezzature della piscina. E' colui, inoltre, che si occupa della pulizia delle vasche natatorie e dei viali e delle aree verdi.	Esperienza lavorativa documentata maturata nell'ambito delle riparazioni elettriche, termo idrauliche, del bricolage, della serramentistica e del campo edile	Contratto di lavoro subordinato CCNL impianti sportivi	1
<b>Istruttore di Attività subacquee / Apnea</b>	E' abilitato dalla F.I.P.S.A.S. o da Federazione analoga ad operare in acqua per le attività subacquee	Istruttore di Attività subacquee con autorespiratore e/o in apnea	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	1



## Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

<b>Fisioterapista</b>	E' abilitato a far eseguire esercizi e a proporre sedute di allenamento ad utenti che hanno subito traumi o che soffrono di patologie muscolari od ossee	Laurea in Scienze Motorie con specializzazione in Fisioterapia o laurea in Medicina con specializzazione in Ortopedia	Prestazione autonoma per liberi professionisti	1
<b>Istruttore di Acquaticità in gravidanza</b>	E' abilitato dalla F.I.N. ad operare in acqua con allieve in stato interessante	Istruttore di Nuoto per la Acquaticità in gravidanza rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	1
<b>Istruttore di Nuoto neonatale</b>	E' abilitato dalla F.I.N. ad operare in acqua con allievi di età compresa tra i 3 ed i 36 mesi	Istruttore di Nuoto Neonatale rilasciato dalla Federazione Italiana Nuoto	Contratto per prestazione sportiva dilettantistica art.67, comma 1, lett. M del Dpr 917/86 e s.m.i. Prestazione autonoma	1
<b>Operatore TMA e Psicoterapeuti</b>	E' abilitato ad operare con pazienti diversamente abili attraverso la Terapia Multisistemica in Acqua	Istruttore di nuoto di I e II livello rilasciato dalla F.I.N., o laurea in Psicologia, con specifiche conoscenze ed attestazioni nel campo delle discipline rivolte ai diversamente abili	Prestazione autonoma per liberi professionisti	4



Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

Si precisa che ogni incaricato potrà ricoprire il ruolo di più figure professionali purché abilitato alla mansione che dovrà svolgere e non in presenza di sovrapposizioni orarie nello svolgimento delle stesse. Alla luce di ciò, mentre per il personale addetto al servizio amministrativo/gestionale e per il personale addetto alle pulizie sono ipotizzabili due turni giornalieri di lavoro di almeno 4 ore ciascuno, per i collaboratori tecnici, tenuto conto della norma che regola lo specifico contratto di impiego che lascia loro la facoltà di decidere orari e giorni in cui prestare la collaborazione, tale valutazione risulta impossibile da attuare preventivamente.

Per tutte le attività praticate la S.S.D. AQUA s.r.l. si riserva il diritto di affidare ad organismi esterni specializzati il servizio.

### **Esperienza professionale e modalità di selezione del personale**

Per tutte le figure professionali impiegate nella gestione tecnica dei corsi delle varie discipline acquatiche e sportive in generale la S.S.D. AQUA s.r.l. richiederà documentazione comprovante precedenti esperienze nelle medesime mansioni ricoperte per un periodo di almeno 24 mesi nell'ultimo quadriennio olimpico.

Per la figura del Direttore di Impianto sarà richiesta un'esperienza di direzioni di impianti sportivi similari di almeno cinque anni negli ultimi due quadrienni olimpici.

Per la figura del Coordinatore di vasca dell'impianto natatorio in questione sarà richiesta un'esperienza analoga di almeno cinque anni negli ultimi due quadrienni olimpici.

Per l'addetto al servizio amministrativo/gestionale sarà richiesto il diploma di scuola media superiore ovvero titolo di laurea, la capacità di utilizzare il computer e la conoscenza di tutte le applicazioni previste nel pacchetto Office di Windows (Word, Excel, etc.).

Per gli addetti alle pulizie sarà richiesta idonea certificazione sanitaria, così come previsto dalla legge, e la padronanza di utilizzo dei macchinari impiegati per la pulizia, la sanificazione e l'igiene dell'impianto natatorio in questione.

Per la figura del manutentore saranno richieste capacità e nozioni discrete nell'ambito dei piccoli lavori edili, della termo-idraulica, dell'elettrotecnica, della filtrazione delle acque e del giardinaggio.

Per le figure mediche e para-mediche c/o per le professionalità specifiche previste saranno richiesti gli idonei titoli abilitativi all'esercizio della professione e riconosciuti dalla legge italiana nonché un'attestazione di aver esercitato la professione negli ultimi 24 mesi.

**La S.S.D. AQUA s.r.l. si impegna a salvaguardare la continuità lavorativa ovvero collaborativa dello staff tecnico attualmente impegnato nella gestione della piscina comunale di Cassina de' Pecchi.**

**Il reperimento di ulteriori collaboratori avverrà facendo riferimento agli ordini professionali di ambito ed alle Federazioni Sportive Regionali delle attività praticate in piscina, privilegiando i residenti sul territorio comunale di Cassina de' Pecchi.**

**Le polizze assicurative contenute nel contratto di concessione copriranno tutti i danni che dovessero occorrere durante lo svolgimento delle attività sia al personale che all'utenza.**





Riqualificazione ed adeguamento tecnico funzionale della piscina comunale di Cassina de' Pecchi

**SCHEMA DI MASSIMA DI SISTEMA TARIFFARIO****a)Nuoto libero**

Attività	Frequenza	Importo ragazzi 3 - 16 anni e over 70	Importo adulti	Frequenza	Importo ragazzi 3 - 16 anni e over 70	Importo adulti
NUOTO LIBERO	1 ingresso	€ 6,00	€ 7,00	10 ingressi	€ 50,00	€ 60,00

**b)Scuola nuoto**

Attività e frequenza		Durata singola lezione	Tariffa mensile
CORSI DI NUOTO BABY (3/5 ANNI)	1 lezione a settimana	50'	€ 35,00
	2 lezioni a settimana	50'	€ 60,00
	3 lezioni a settimana	50'	€ 75,00
CORSI DI NUOTO RAGAZZI (6/15 ANNI)	1 lezione a settimana	50'	€ 35,00
	2 lezioni a settimana	50'	€ 60,00
	3 lezioni a settimana	50'	€ 75,00
CORSI DI NUOTO ADULTI (16/70 ANNI)	1 lezione a settimana	50'	€ 35,00
	2 lezioni a settimana	50'	€ 60,00
	3 lezioni a settimana	50'	€ 75,00
CORSI DI NUOTO OVER 70	1 lezione a settimana	50'	€ 35,00
	2 lezioni a settimana	50'	€ 60,00
	3 lezioni a settimana	50'	€ 75,00
CORSI DI NUOTO NEONATALE (3 - 36 mesi)	1 lezione a settimana	30'	€ 60,00

Attività e frequenza	Durata singola lezione	Tariffa a lezione
LEZIONI INDIVIDUALI	50'	€ 25,00

**c)Acquafitness**

Attività e frequenza		Durata singola lezione	Tariffa mensile
CORSI DI ACQUAFITNESS	1 lezione a settimana	50'	€ 35,00
	2 lezioni a settimana	50'	€ 60,00
	3 lezioni a settimana	50'	€ 75,00

I corsi in cui si utilizzano attrezzature personali (hydrobike, walking, fitboxe, etc.) avranno un costo a lezione pari ad € 12,00, con la durata della lezione pari a 50 minuti, e necessiteranno di prenotazione alla reception di volta in volta e per ogni singola lezione.

**f)Crediti phon - doccia**

Attività	Quantità	Importo
CREDITI PHON - DOCCIA	1 credito	€ 0,25

**g)Quota annuale di adesione alle attività della piscina comunale**

Attività	Quantità	Importo
QUOTA ANNUALE DI ADESIONE	1	€ 40,00

Le tariffe potranno essere aggiornate decorsi 12 (dodici) mesi dalla sottoscrizione della presente convenzione e, quindi, su base annua, applicando la variazione dell'indice dei prezzi al consumo per le famiglie di operai ed impiegati elaborato dall'ISTAT su base nazionale, anche in caso di circostanze particolari e/o su motivata richiesta.

**Facsimile modello verifica e comunicazione del gradimento – All. A****QUESTIONARIO SODDISFAZIONE UTENTI**

Gentile Utente,

per poter garantire ai frequentatori della Piscina Comunale di Cassina de' Pecchi (MI) il miglior servizio possibile, Ti chiediamo di rispondere ad alcune brevi domande sul tipo e sull' orario del servizio che utilizzi e sul Tuo grado di soddisfazione.

Grazie per la preziosa collaborazione.

Cognome e nome

1. Di quale servizio usufruisci? (barrare la casella)    nuoto libero    corsi (nuoto, acquagym, etc.)

2. In quale giorno?    (es.: lunedì, giovedì, martedì, venerdì, etc.)

3. In quale fascia oraria?    mattino    pausa pranzo    pomeriggio    sera

4. Da quanto tempo frequenti la piscina comunale?    da meno di 1 anno    da 1-2 anni    da più 2 anni

5. Frequenti o hai già frequentato altri centri sportivi?    SI    NO

Se "SI", quali ?

6. Le notizie e le informazioni fornite dalla segreteria sono:    insufficienti    sufficienti    complete

7. Qual è il tuo giudizio sulla pulizia della piscina?

Locali spogliatoio    poco puliti    sufficientemente puliti    molto puliti

Servizi igienici e docce    poco puliti    sufficientemente puliti    molto puliti

Piano vasche    poco puliti    sufficientemente puliti    molto puliti

8. Qual è il tuo giudizio sui CORSI organizzati presso la piscina comunale?

Orari    scomodi    abbastanza comodi    molto comodi

Numero    scarso    sufficiente    elevato

Varietà    scarsa    sufficiente    elevata

Qualità    scarsa    sufficiente    elevata

9. Qual è il tuo giudizio sul PERSONALE della piscina comunale?

Reception    poco disponibile    abbastanza disponibile    molto disponibile

poco gentile    abbastanza gentile    molto gentile

poco professionale    abbastanza professionale    molto professionale

Istruttori e bagnini    poco disponibile    abbastanza disponibile    molto disponibile

poco gentile    abbastanza gentile    molto gentile

poco professionale    abbastanza professionale    molto professionale

10. Qual è il tuo giudizio sul nuoto libero?

Orari    scomodi    abbastanza comodi    molto comodi

Corsi a disposizione    scarse    sufficienti    elevate

11. Qual è il tuo giudizio sui seguenti componenti della piscina comunale?

Asciugacapelli    insufficiente    sufficiente    buono    ottimo

Hall e ristoro    insufficiente    sufficiente    buono    ottimo

Arredi spogliatoio    insufficiente    sufficiente    buono    ottimo

Attrezzature    insufficiente    sufficiente    buono    ottimo

**Facsimile modello reclamo – All. B****COMUNICAZIONE DELL' UTENTE**

**Descrivere l'oggetto della segnalazione (precisare, se possibile, il servizio ed il personale coinvolto, data e orario del fatto)**  
(scrivere in stampatello)

.....

.....

.....

**Indicare eventuali richieste e/o suggerimenti**

.....

.....

.....

**DATI PERSONALI** (la compilazione dei dati personali consentirà agli uffici di contattarla per eventuali approfondimenti e di rispondere alla sua comunicazione)

Cognome e nome .....

Indirizzo ..... Tel. ....

Cell. (facoltativo) ..... Indirizzo e-mail (facoltativo).....

Documento di riconoscimento N° ..... Data .....

**La risposta deve essere comunicata preferibilmente a mezzo:**

Posta ☐ Fax ☐ E mail ☐

Al recapito sopra indicato ☐ Al seguente recapito ☐ .....

Luogo e data ..... Firma .....

**NOTA:** Il reclamo non sostituisce il ricorso ad altri mezzi di tutela dei propri diritti previsti dalle vigenti disposizioni.  
La S.S.D. AQUA s.r.l. risponderà ai reclami entro trenta giorni dalla data di ricezione.

**Informativa ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo 196/2003**

Il trattamento dei Suoi dati personali è finalizzato unicamente all'esame della segnalazione e ad informarla sull'esito della Sua comunicazione. Il conferimento dei dati non è obbligatorio, l'eventuale rifiuto comporta l'impossibilità di ottenere risposta. Il trattamento sarà effettuato da soggetti incaricati, con l'utilizzo di procedure anche informatizzate, in grado di tutelare e garantire la riservatezza dei dati, secondo quanto previsto dal Decreto legislativo 30 giugno 2003 n. 196. I dati potranno essere comunicati ad altri Enti solo per i fini istituzionali inerenti l'espletamento della Sua richiesta. Il responsabile del trattamento è il Direttore della piscina comunale di Cassina de' Pecchi (MI).

**Spazio riservato alla segreteria**

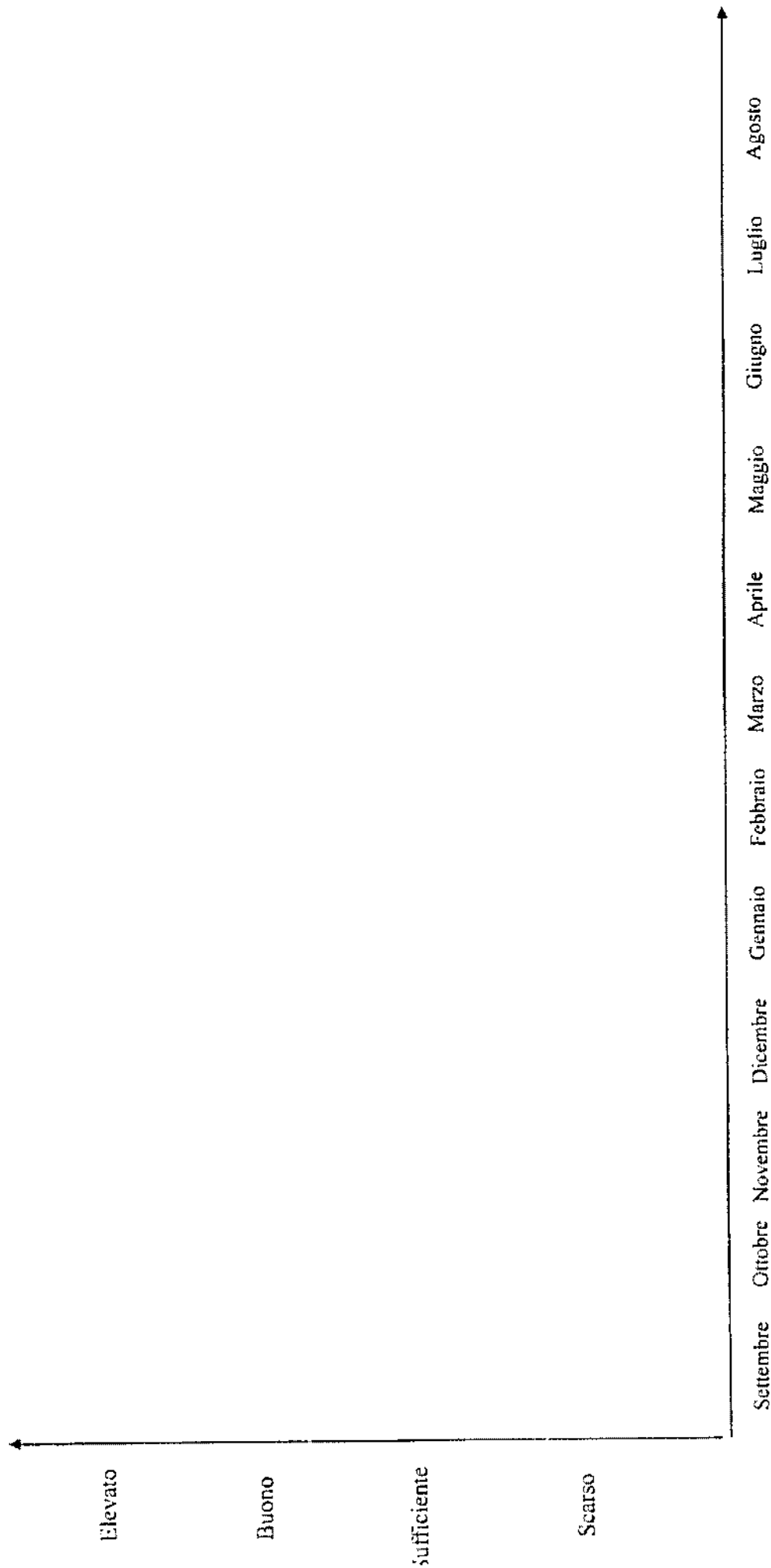
Ricevuta in data ..... prot. n° ..... del .....

Operatore ..... Timbro e firma



FACSIMILE GRAFICO ANDAMENTO DEL LIVELLO DI GRADIMENTO DELL'UTENZA - ALL. C

ANNO SPORTIVO \_\_\_\_\_



L'Amministratore unico  
S.S.D. AQUA s.r.l.

**Facsimile modello report reclami – All. D**

## ELENCO RECLAMI

**mese di \_\_\_\_\_**

[illegible]

## Il Direttore

1000



PISCINA COMUNALE COPERTA DI CASSINA DE' PECCHI - IPOTE									
	Ora	07 <sup>10</sup> /08 <sup>20</sup>	08 <sup>20</sup> /09 <sup>10</sup>	09 <sup>10</sup> /10 <sup>00</sup>	10 <sup>00</sup> /10 <sup>50</sup>	10 <sup>50</sup> /11 <sup>40</sup>	11 <sup>40</sup> /12 <sup>30</sup>	12 <sup>30</sup> /13 <sup>20</sup>	13 <sup>20</sup> /1
lunedì	Corsia 1								
	2								
	3								
	4								
	5								
martedì	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
mercoledì	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
giovedì	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
venerdì	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
sabato	1								
	2								
	3								
	4								
	5								
domenica	1								
	2								
	3								
	4								
	5								

	Diversamente abili
	Nuoto libero
	Nuoto Master
	Scuola nuoto 3-16 anni
	Scuola nuoto 16/64
	Scuola nuoto Over 70
	Nuoto riabilitativo
	Genitori con bambini

**Fitness in acqua  
alta**