

Direttive generali Corsi fitness alla piscina del Pallone

Di seguito alcune informazioni riguardanti le lezioni Fitness che si svolgono alla Piscina Pallone, entrata lato Foce (via Foce 5)

Materiale occorrente per la lezione:

- Costume
- Accappatoio
- Ciabatte
- Necessario per la doccia
- CHF 2 per l'armadietto
- Calzine antiscivolo per le lezioni di Bike

L'accesso alla piscina è consentito 20 minuti prima dell'inizio del corso.

Entrando dall'entrata principale bisognerà utilizzare gli spogliatoi che si trovano sulla sinistra.

Dopo essersi preparati per le lezioni, per accedere alla vasca, bisognerà superare le docce e oltrepassare la porta che si trova sulla destra.

Percorrendo il breve corridoio, oltrepassando il tornello girevole, si entrerà in piscina.

L'insegnante vi attenderà in fondo alla struttura, vicino alla vasca piccola.

Per le lezioni che si svolgono il lunedì e mercoledì sera non troverete nessuno alla cassa del lido essendo esso chiuso al pubblico (**Se doveste trovare il cancello accostato potrete semplicemente spingerlo per accedere all'ingresso. La struttura sembrerà chiusa dall'esterno ma gli spogliatoi e la piscina saranno accessibili**).

L'insegnante, prima della lezione verificherà la vostra prenotazione.

Per conoscenza, parte della vasca sarà occupata dai settori agonistici.

Durante le altre lezioni invece, potrete mostrare la vostra tesserina magnetica alla cassiera.

La tessera magnetica potrà essere ritirata presso i nostri uffici lasciando un deposito cauzionale di Fr. 5.-

IMPORTANTE: Per poter frequentare i nostri corsi fitness è richiesto il certificato Covid che dovrà essere presentato alla cassiera della piscina insieme ad un documento di identità.