

Un po' su di noi...

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Nuoto Sub Modena Bruno Loschi è stata fondata nel 1962 da un piccolo gruppo di sportivi che, uniti dallo stesso spirito e dalle stesse idee, volevano creare un luogo dove coltivare e trasmettere valori, quali lealtà, spirito di squadra e aggregazione, che solo la passione per lo sport, in questo caso quello acquatico, può infondere. Noi pensiamo che questo è il vero grande successo che ogni persona può conseguire!

In quegli anni, stava raccogliendo consensi a Modena una nuova disciplina... il nuoto pinnato.

Così, A. S. D. Nuoto Sub Modena Bruno Loschi, pur continuando a insegnare il nuoto, l'apnea, la pesca subacquea in apnea, il tiro al bersaglio subacqueo e l'immersione, è stata una delle prime società sportive ad intraprendere questa nuova attività e, nel giro di pochi anni, è riuscita ad ottenere moltissimi successi sportivi, che l'hanno portata ad essere un vero e proprio punto di riferimento e orgoglio per la nostra Provincia.

Noi crediamo che lo sport debba essere un impegno sereno ed un'occasione di svago e di crescita personale e siamo certi della sua importanza, per questo i nostri allenatori ed istruttori ne seguono tutti gli aspetti, dall'alimentazione alla preparazione atletica, dalla psicologia degli atleti a quella dei genitori.

In questo depliant, trovate un sunto di tutte le attività svolte dall'A. S. D. Nuoto Sub Modena Bruno Loschi, che speriamo possiate trovare interessanti e adeguate alle Vostre esigenze.



Anche quest'anno tutti i nostri soci possono usufruire del 10% di sconto presso il negozio SPORTLIFE di Via Giardini.



Settore Nuoto puro

CORSO ADULTI

Corso di nuoto puro di livello principianti o avanzato sviluppato su una corsia, con istruttore.

C'è la possibilità di nuotare due o tre giorni a settimana su turni diversi:
Lun, Merc e Giov (livello avanzato)
Martedì e Giovedì (livello principianti)
Orario: dalle 20.00 alle 20.45
in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

Per tutti i soci, durante il periodo estivo sarà possibile continuare il nuoto puro in corsia presso Piscina Dogali vasca mt.50

CORSO MASTER

Corso di nuoto puro, sviluppato su due corsie, senza istruttore. Si nuota due giorni a settimana, Martedì e Giovedì sempre dalle 20.00 alle 20.45 in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

Settore Pinnato

Il **nuoto pinnato** è una disciplina sportiva acquatica che, avvalendosi di attrezzature specifiche (pinne, boccaglio e/o bombole) permette all'atleta il raggiungimento di velocità decisamente più elevate rispetto al puro, rendendo le competizioni emozionanti.

CORSO RAGAZZI

Corso di nuoto con insegnamento dei vari stili e primo livello nuoto pinnato (livello base) attraverso l'ausilio delle pinne. Riservato ragazzi di età non inferiore ai 10 anni già in grado di nuotare a puro.

Due giorni a settimana:
Martedì e Giovedì
dalle 18.30 alle 19.15
in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

CORSO PRINCIPIANTI

Corso di nuoto con insegnamento dei vari stili e primo livello nuoto pinnato (livello base) attraverso l'ausilio delle pinne. Due giorni a settimana Martedì e Giovedì dalle 17.45 alle 18.30 in Piscina Pergolesi.



Settore Nuoto puro

CORSO ADULTI

Corso di nuoto puro di livello principianti o avanzato sviluppato su una corsia, con istruttore.

C'è la possibilità di nuotare due o tre giorni a settimana su turni diversi:
Lun, Merc e Giov (livello avanzato)
Martedì e Giovedì (livello principianti)
Orario: dalle 20.00 alle 20.45
in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

Per tutti i soci, durante il periodo estivo sarà possibile continuare il nuoto puro in corsia presso Piscina Dogali vasca mt.50

CORSO MASTER

Corso di nuoto puro, sviluppato su due corsie, senza istruttore. Si nuota due giorni a settimana, Martedì e Giovedì sempre dalle 20.00 alle 20.45 in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

Settore Pinnato

Il **nuoto pinnato** è una disciplina sportiva acquatica che, avvalendosi di attrezzature specifiche (pinne, boccaglio e/o bombole) permette all'atleta il raggiungimento di velocità decisamente più elevate rispetto al puro, rendendo le competizioni emozionanti.

CORSO RAGAZZI

Corso di nuoto con insegnamento dei vari stili e primo livello nuoto pinnato (livello base) attraverso l'ausilio delle pinne. Riservato ragazzi di età non inferiore ai 10 anni già in grado di nuotare a puro.

Due giorni a settimana:
Martedì e Giovedì
dalle 18.30 alle 19.15
in Piscina Pergolesi e Piscina Dogali.

CORSO PRINCIPIANTI

Corso di nuoto con insegnamento dei vari stili e primo livello nuoto pinnato (livello base) attraverso l'ausilio delle pinne. Due giorni a settimana Martedì e Giovedì dalle 17.45 alle 18.30 in Piscina Pergolesi.

CORSO PRE-AGONISTI

È un corso avanzato dove gli atleti, seguiti da un istruttore, perfezionano gli stili e l'uso delle pinne con l'introduzione della monopinna. I ragazzi cominciano ad affacciarsi al mondo dell'agonismo.

Su tre corsie, tre giorni a settimana: Lunedì, Mercoledì, Venerdì dalle 17.45 alle 18.45 in Piscina Pergolesi.

CAMPIONI ITALIANI ASSOLUTI 2009



(La squadra Agonisti)

CORSO AGONISTI

Cinque giorni a settimana:
Lunedì, Mercoledì, Venerdì dalle 18.45 alle 20.00

in Piscina Pergolesi (due corsie)

Martedì e Giovedì dalle 15.30 alle 16.45

in Piscina Dogali vasca m.50 (due corsie).



(I nostri campioni)

Lo sport è un mezzo di trasmissione di valori universali e una scuola di vita che insegna a lottare per ottenere una giusta ricompensa e che aiuta alla socializzazione ed al rispetto tra compagni ed avversari.

Tutta l'attrezzatura necessaria per i corsi è fornita dalla noi.

CORSO SUB

Per poter scendere sott'acqua in sicurezza è necessaria un'adeguata preparazione. Il brevetto di primo grado F.I.P.S.A.S./C.M.A.S. è un'ottima introduzione all'attività subacquea e la sua validità è riconosciuta internazionalmente in ogni angolo del pianeta.

Il corso di immersione subacquea prevede lezioni teoriche e pratiche per i livelli 1° grado, 2° grado, 3° grado e specializzazioni.

Inizio corsi:

1° grado

Da OTTOBRE a DICEMBRE

Da GENNAIO a MARZO

Da MARZO a MAGGIO

2° e 3° grado

GENNAIO

Orario dalle 21:00 alle 23:00

A conclusione del corso uscita in mare e rilascio brevetto F.I.P.S.A.S. e C.M.A.S.



CORSO APNEA

Il corso, con lezioni sia pratiche che teoriche, è studiato in modo da avvicinare gradualmente ogni partecipante al meraviglioso e istintivo mondo dell'apnea.

E' consigliato a tutti quelli che vogliono impegnarsi in un'attività sportiva dal punto di vista della concentrazione e della conoscenza di sé stessi.

Si aumenta la sicurezza, imparando a conoscere e a non incorrere nelle patologie legate all'apnea. Si evita di sprecare le proprie energie (molto preziose in apnea), studiando le tecniche per immergersi e nuotare sott'acqua. Si conosce infine maggiormente se stessi, apprendendo metodologie di rilassamento e concentrazione.

Previste due sessioni di corsi:

da OTTOBRE a DICEMBRE

da FEBBRAIO ad APRILE

Orario dalle 21:00 alle 23:00

A conclusione del corso uscita in mare e rilascio brevetto F.I.P.S.A.S. e C.M.A.S.



CORSO PESCA SUBACQUEA

I corsi di pesca in apnea sportiva ed agonistica, tenuti da istruttori di comprovata esperienza, si svolgeranno in aula didattica ed in mare.

Sono indispensabili per apprendere le corrette tecniche di pesca in apnea e migliorare la propria tecnica di pesca.

Previste due sessioni di corsi:

da OTTOBRE a DICEMBRE

da FEBBRAIO ad APRILE

Orario dalle 21:00 alle 23:00

A conclusione del corso verrà rilasciato brevetto F.I.P.S.A.S./C.M.A.S. che abilita alla pesca subacquea in apnea e alla partecipazione alle gare di pesca in apnea.



L'A.S.D. Nuoto Sub Modena Bruno Loschi è lieta di invitarvi alla nuova stagione sportiva 2009-2010.

Sono aperte le iscrizioni per:

Nuoto puro senza istruttore (turni e vasche a scelta)

Corsi di nuoto per ragazzi e adulti

Corsi di nuoto pinnato (ragazzi e principianti)

Corsi di Pre-agonismo e Agonismo nuoto pinnato

Corsi di sub

Corsi Apnea

Corso Pesca sub

Offerta per CORSI DI APNEA + CORSO DI PESCA

Orari e giorni di segreteria e iscrizioni:

Presso Piscina Dogali:

Da martedì 01 settembre

LUN-MART-MERC-GIOV-VEN dalle 16:30 alle 19:30

Presso Piscina Pergolesi:

Da lunedì 07 settembre

LUN - MART - MERC - GIOV dalle 17:00 alle 19:00

new Venite a scoprire le nostre offerte sconto sui corsi e convenzioni con enti, palestre e negozi.



A.S.D. Nuoto Sub Modena Bruno Loschi

Sede Soc.: 41100 MODENA - VIA IV NOVEMBRE, 40/D

Uffici: 41100 MODENA - VIA DOGALI

Tel./Fax: +39 059.219812

email: info@brunoloschi.it

site: www.brunoloschi.it

