



DAL 1985 LA CASA DELLO SPORT, PER TUTTI.

# ATTIVITÀ e TARIFFE PISCINA

stagione sportiva 2020 - 2021  
dal 28 settembre 2020 al 30 giugno 2021

# ATTIVITÀ e TARIFFE PALESTRA

stagione sportiva 2020 - 2021  
dal 28 settembre 2020 al 30 giugno 2021

**POLISPORTIVA TERRAGLIO SSD a R.L.**

Via A. Penello 5/7, 30174 Mestre (Ve)

**Orario segreteria dal 28 settembre 2020**

dal lunedì al venerdì 08.30 - 20.30 | sabato 08.30 - 18.30

**Per informazioni:**

Tel. 041942534 | [www.polisportivaterraglio.com](http://www.polisportivaterraglio.com) | [info@terraglio.com](mailto:info@terraglio.com)

**TESSERAMENTO e ASSICURAZIONE ANNUA € 25.00 | CAUZIONE TESSERA € 5.00**  
**CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO** (idoneità non-agonistica > 6 anni).

**CHIUSURA IMPIANTO: Festività Natalizie** 25/26 dicembre 2020; 1 gennaio 2021  
**Festività Pasquali** 04/05 aprile 2021



**FisioSPORT Terraglio**  
Partner Ufficiale



**REGIONE DEL VENETO**

Impianto di eccellenza Regionale

CITTA' DI VENEZIA



# A.F.A. - Attività Fisica Adattata

## ATTIVITÀ SPORTIVE E GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

### IN PISCINA (iscrizione bimestrale)

lun+ven 09.00-09.45 | 09.45-10.30 | 10.30-11.15 | 11.15-12.00 | 12.00-12.45  
12.45-13.30 | 13.30-14.15 | 14.15-15.00  
18.45-19.30 | 19.30-20.15 | 20.15-21.00

mar+gio 09.00-09.45 | 09.45-10.30 | 10.30-11.15 | 11.15-12.00 | 12.00-12.45  
12.45-13.30 | 13.30-14.15 | 14.15-15.00  
18.45-19.30 | 19.30-20.15 | 20.15-21.00

mer 12.00-12.45 | 12.45-13.30 | 13.30-14.15 | 14.15-15.00  
19.30-20.15 | 20.15-21.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€ | 1 lez a settimana 66.00€

### A.F.A. - Donne operate al seno

mar+gio 14.15-15.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€ | 1 lez a settimana 66.00€

### BACK SCHOOL - prevenzione mal di schiena

lun+ven, mar+gio 07.30-08.15 | 08.15-09.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€

### GINNASTICA ANTIGRAVITAZIONALE

lun+gio, mar+ven 11.15-12.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€

### IN PALESTRA

#### Posturale Antalgica (iscrizione bimestrale)

lun+ven 11.30-12.30 | 12.30-13.30 | 18.00-19.00

mar+gio 11.00-12.00 | 12.00-13.00 | 13.00-14.00 |

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€

mer 19.30-20.30

**tariffa:** 1 lez a settimana 66.00€

#### Sclerosi Multipla (iscrizione mensile)

mar+gio 15.00-16.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 66.00€

#### Donne operate al seno (iscrizione bimestrale)

lun+ven 15.00-16.00

**tariffa:** 2 lez a settimana 132.00€

### RINNOVI e NUOVE ISCRIZIONI ai corsi A.F.A.

**OTT/NOV 2020:** rinnovi entro il 15/09/2020; nuove iscrizioni dal 16/09/2020

**DIC 2020/GEN 2021:** rinnovi entro il 21/11/2020; nuove iscrizioni dal 23/11/2020

**FEB/MAR 2021:** rinnovi entro il 23/01/2021 nuove iscrizioni dal 25/01/2021

**APR/MAG 2021:** rinnovi entro il 27/03/2021 nuove iscrizioni dal 29/03/2021

**iscrizioni stagione 2021-2022:** rinnovi entro il 15/09/2021; nuove iscrizioni dal 16/09/2021

# ATTIVITÀ in PALESTRA

## ATTIVITÀ PER BAMBINI e RAGAZZI

---

### ATTIVITÀ SPORTIVE E GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

**FLOORBALL 4/9 anni** (iscrizione trimestrale)

mer 16.30-17.30

**tariffa:** 49.50€

**YOGA 5/10 anni** (iscrizione trimestrale)

gio 16.30-18.00

**tariffa:** 132.00€

## ATTIVITÀ PER ADULTI

---

**CORSO DI GINNASTICA DOLCE** (iscrizione bimestrale)

mar+gio 08.30-09.30 | 09.30-10.30

**tariffa:** 78.00€

**ATTIVITÀ MOTORIA** (iscrizione bimestrale)

mar+gio 19.00-20.00 | 20.00-21.00

**tariffa:** 78.00€

**CORSO DI PRESCIISTICA** (iscrizione bimestrale)

mar+gio 19.00-20.30

**tariffa:** 132.00€

### ATTIVITÀ SPORTIVE E GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

**FISIOBODYWORK - pilates** (iscrizione bimestrale)

mar, ven 19.30-20.30

**tariffe:** 2 lez a settimana 123.50€ | 1 lez a settimana 70.50€

**FITPILATES®** (iscrizione bimestrale)

mer 13.00-14.00

**tariffa:** 1 lez a settimana 66.00€

**YOGA** (iscrizione bimestrale)

lun 19.00-20.30

**tariffe:** 88.00€

**YOGA per future mamme** (iscrizione mensile)

gio 10.00-11.30

**tariffa:** 44.00€

**YOGAFITNESS®** (iscrizione bimestrale)

lun 08.00-09.00

**tariffa:** 1 lez a settimana 66.00€

## DANZE COREOGRAFICHE

**ZUMBA®** (iscrizione bimestrale)

mar, ven 18.15-19.00

**tariffe:** 2 lez a settimana 106.00€ | 1 lez a settimana 58.50€

## ARTI MARZIALI

**KRAV MAGA** (iscrizione bimestrale)

lun 20.45-22.15 | gio 20.30-22.00

**tariffe:** 2 lez a settimana 123.50€ | 1 lez a settimana 70.50€

**TAIJI QUAN** (iscrizione bimestrale)

ven 19.30-21.00

**tariffa:** 84.00€

# SALA FITNESS

**INGRESSO SOLO SU PRENOTAZIONE**

**ABBONAMENTI OPEN** dal lun al ven 07.30-22.00 | sab 09.00-18.00 | dom 09.00-13.00

- mensile **Swim&Fit+3 lez SNA** 50.00€

- trimestrale **Swim&Fit+6 lez SNA** 135.00€

- semestrale **Swim&Fit+9 lez SNA** 260.00€

- annuale **Swim&Fit+12 lez SNA** 460.00€

L'abbonamento comprende lezioni di Scuola Nuoto solo su prenotazione e verificata la disponibilità.

## SPECIALE MATTINA

dal lun al ven 07.30-12.15 | sab 09.00-13.45 | dom 09.00-13.00

**mensile** 30.00€

## SPECIALE POMERIGGIO

dal lun al ven 12.30-17.15 | sab 14.00-18.00 | dom 09.00-13.00

**mensile** 30.00€

## SPECIALE ISCRITTI ALTRI CORSI

dal lun al ven 07.30-22.00 | sab 09.00-18.00 | dom 09.00-13.00

**mensile** 30.00€

## SPECIALE FAMILIARI

ingresso limitato nei giorni ed orari del corso di figli e/o familiari di pazienti Fisiosport

**mensile:** 1 o 2 ing. a settimana 18.00€ | 3 ing. a settimana 24.00€

**INGRESSO SINGOLO** 8.00€

**ABBONAMENTO 8 INGRESSI** 45.00€ (validità 2 mesi)

**PERSONAL TRAINER:** individuale 30.00€ | in coppia 50.00€ | **abb.to 11 ing.** 300.00€

## ATTIVITÀ SPORTIVE E GINNASTICHE FINALIZZATE ALLA SALUTE E AL FITNESS

**AFA- Cardiopatia** (orari e giorni di frequenza da concordare con l'istruttore)

**mensile** 60.00€

**trimestrale** 160.00€

**semestrale** 295.00€

**Iscrizione annuale, vedi regolamento**

**Giorni ed orari di allenamento da concordare con il responsabile di ogni settore**

**NUOTO SPECIAL OLYMPICS** (iscrizione annuale, vedi regolamento)

**NUOTO SINCRONIZZATO** (iscrizione annuale, vedi regolamento)

**TERRAGLIO TRIATHLON** (vedi regolamento)

**DANZA** (iscrizione annuale, vedi regolamento)

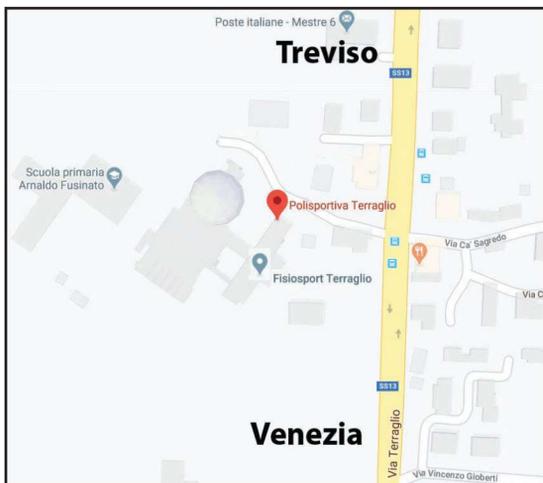
**KARATE** (iscrizione annuale comprensiva di tesseramento, vedi regolamento)

**JU-JITSU** (iscrizione annuale comprensiva di tesseramento, vedi regolamento)

**WHEELCHAIR HOCKEY** (iscrizione annuale, vedi regolamento)

**WHEELCHAIR DANCE** (iscrizione annuale, vedi regolamento)

## DOVE SIAMO - COME RAGGIUNGERCI



### IN MACCHINA:

Tangenziale di Mestre prendere l'uscita "Mestre-Via Terraglio"

### IN AUTOBUS:

- dalla stazione di Mogliano Veneto linea 8E o 8AE scendi alla fermata "Terraglio Ca' Sagredo"
- dalla stazione di Mestra linea 32H scendi alla fermata "Terraglio Teano" linea 8E scendi alla fermata "Terraglio Ca' Sagredo"
- da Venezia Piazzale Roma linea 4L scendi alla fermata "Mestre Centro B1" linea 48H Martellago e scendi alla fermata "Terraglio Ca' Sagredo"



Comitato Italiano Paralimpico  
Comitato Regionale VENETO  
Delegazione Provinciale di Venezia



STELLA D'ORO CIP  
STELLA DI BRONZO CIP

