



SCUOLA NUOTO

I NOSTRI LIVELLI



CONCHIGLIETTA

L'ALLIEVO È ALLA PRIMA ESPERIENZA IN ACQUA
NON È IN GRADO DI IMMERGERE IL VISO IN
ACQUA

OBIETTIVO DEL CORSO:
FAMILIARIZZAZIONE CON L'ELEMENTO ACQUA
ATTRAVERSO IL GIOCO.
IMMERSIONE VOLONTARIA DEL VISO CON O
SENZA RECUPERO DELL'OGGETTO SUL FONDO
DELLA VASCA E SENSIBILIZZAZIONE DEL
CAVO ORALE.



POLIPETTO

L'ALLIEVO IMMERGE IL VISO NELL'ACQUA CON O
SENZA RECUPERO DELL'OGGETTO SUL FONDO
DELLA VASCA, ESEGUE I PRIMI TENTATIVI DI
GALLEGGIAMENTO SOLO CON L'AUTO
DELL'ISTRUTTORE.

OBIETTIVO DEL CORSO:
OTTENIMENTO DELLA POSIZIONE ORIZZONTALE,
GALLEGGIAMENTO PRONO SENZA L'AUSILIO DI
SOSTEGNI.



STELLINA

L'ALLIEVO È IN GRADO DI GALLEGGIARE
AUTONOMAMENTE IN
POSIZIONE PRONA E ESEGUIRE LA
BATTUTA DI GAMBE

OBIETTIVO DEL CORSO:
OTTENIMENTO DEL GALLEGGIAMENTO
SUPINO E CONSOLIDAMENTO
DELLA NUOTATA PRONA



GAMBERETTO

L'ALLIEVO È IN GRADO DI GALLEGGIARE
AUTONOMAMENTE IN
POSIZIONE SUPINA

OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DEL GALLEGGIAMENTO
SUPINO E INSERIMENTO DELLA BATTUTA DI
GAMBE
PRIMI ELEMENTI DI GALLEGGIAMENTO A TESTA
FUORI



PESCIOLINO

L'ALLIEVO È IN GRADO DI GALLEGGIARE
AUTONOMAMENTE IN POSIZIONE
SUPINA ED

ESEGUE LA BATTUTA DI GAMBE
PER ALMENO 5/7 METRI
OBIETTIVO DEL CORSO:
QUESTO LIVELLO PREVEDE IL
PASSAGGIO IN VASCA
GRANDE DOVE ATTRAVERSO LA
PROGRESSIONE
DIDATTICA ACQUISIRÀ INDIPENDENZA IN
ACQUA
ALTA CON LE NUOTATE A SCIVOLO
PRONO E SUPINO.



GRANCHIETTO

L'ALLIEVO È AUTONOMO IN ACQUA ALTA SENZA
SUPPORTI, ESEGUE CORRETTAMENTE LA NUOTATA
A SCIVOLO PRONO PER 5/7 METRI E DORSO SOLO
GAMBE PER TUTTA LA LUNGHEZZA DELLA VASCA

OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLA NUOTATA A SCIVOLO
PRONO E SUPINO CON L'INSERIMENTO DELLA
BRACCIATA A DORSO

www.piscinadiverano.it

info@piscinadiverano.it

0362 902530





SCUOLA NUOTO

I NOSTRI LIVELLI



ANATROCCOLO

L'ALLIEVO È AUTONOMO IN ACQUA ALTA SENZA SUPPORTI ED ESEGUE CORRETTAMENTE LA NUOTATA A DORSO COMPLETO CON L'ESATTA COORDINAZIONE BRACCIA GAMBE
OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLA COORDINAZIONE BRACCIA GAMBE A DORSO E INSERIMENTO DEGLI ELEMENTI DELLA RESPIRAZIONE A STILE LIBERO.



TARTARUGHA

L'ALLIEVO È IN GRADO DI ESEGUIRE CORRETTAMENTE LA NUOTATA A DORSO COMPLETO E HA ALCUNI ELEMENTI DELLA RESPIRAZIONE A STILE
OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLA COORDINAZIONE BRACCIA GAMBE A DORSO, DEFINIZIONE DELLA RESPIRAZIONE A STILE LIBERO ED ACQUISIZIONE DELLA NUOTATA A STILE LIBERO COMPLETO



CAVALLUCCIO

L'ALLIEVO NUOTA CORRETTAMENTE A DORSO COMPLETO E STILE LIBERO COMPLETO
OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLE NUOTATE A DORSO COMPLETO E STILE LIBERO COMPLETO E INSERIMENTO DI ALCUNI ELEMENTI DELLA NUOTATA A RANA



RANOCCHIO

L'ALLIEVO ESEGUE CORRETTAMENTE LE NUOTATE A DORSO COMPLETO E STILE LIBERO COMPLETO E POSSIEDE ELEMENTI DELLA NUOTATA A RANA
OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLE NUOTATE A DORSO COMPLETO E STILE LIBERO COMPLETO E INSERIMENTO DELLA NUOTATA COMPLETA A RANA



SQUALO

L'ALLIEVO ESEGUE CORRETTAMENTE LE NUOTATE A DORSO COMPLETO, STILE LIBERO COMPLETO E RANA COMPLETA
OBIETTIVO DEL CORSO:
CONSOLIDAMENTO DELLE NUOTATE A DORSO, STILE LIBERO E RANA E INSERIMENTO DEGLI ELEMENTI DEL DELFINO E DELLE VIRATE ELEMENTARI NEI TRE STILI



DELFINO

L'ALLIEVO ESEGUE CORRETTAMENTE TUTTE LE NUOTATE COMPLETE
OBIETTIVO DEL CORSO:
INSERIMENTO DEGLI ELEMENTI DI NUOTO AGONISTICO QUALI TUFFI PARTENZE, VIRATE REGOLAMENTARI



ORCA

L'ALLIEVO ESEGUE CORRETTAMENTE TUTTE LE NUOTATE COMPLETE
OBIETTIVO DEL CORSO:
INSERIMENTO DEGLI ELEMENTI DEL NUOTO DI SALVAMENTO ED ELEMENTI DI ALLENAMENTO NONCHÉ NOZIONI DI DI SNORKELING

www.piscinadiverano.it

info@piscinadiverano.it

0362 902530

