CO·GE·PI
consorzio.gestione.piscine

VELA VUOTO ANCONA

wep
Water Exercise Program

UNDER WATER

INVERNO 2026.2027

TUTTI I CORSI IN ACQUA
E IN PALESTRA
CHE SI SVOLGONO
NELLE PISCINE:

» PASSETTO
» VALLEMIANO
» PONTEROSSO

FITNESS

DAL 14 SETTEMBRE 2026

CORSI IN ACQUA

Piscina di Ponterosso | Piscina di Vallemiano | Piscina del Passetto

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
06:45/07:45		H2O FUNCTIONAL TR.		H2O FUNCTIONAL TR.			
07:30/08:30	NUOTO GUIDATO		NUOTO GUIDATO		NUOTO GUIDATO		
07:45/08:30		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS			
08:00/08:45		OVER FITNESS		OVER FITNESS			
08:15/09:00	OVER FITNESS		OVER FITNESS		OVER FITNESS		
08:45/09:30		OVER FITNESS		OVER FITNESS	AQUAFITNESS		
09:00/09:45	AQUAFITNESS	OVER FITNESS	AQUAFITNESS	OVER FITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	
09:30/10:15		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS	AQUAFITNESS
10:00/10:45	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	AQUACOMBACT	
10:15/11:00		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS	
10:30/11:15							AQUABIKE
11:00/11:45						AQUABIKE	
12:30/13:30		NUOTO GUIDATO		NUOTO GUIDATO			
13:00/13:45		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS			
13:15/14:00					AQUAFITNESS		
13:30/14:15		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS			
13:45/14:30	AQUACIRCUIT	TOTAL BODY	AQUACIRCUIT	TOTAL BODY			
18:30/19:15	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		
18:45/19:30	NUOTO ADULTI*			NUOTO ADULTI*			
18:45/19:30		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS			
19:15/20:00		NUOTO ADULTI *		NUOTO ADULTI *			
19:15/20:00	AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		AQUAFITNESS		
19:30/20:15		AQUACIRCUIT		AQUACIRCUIT			
20:00/21:00		NUOTO ADULTI *		NUOTO ADULTI *			
20:20/21:05		AQUABIKE		AQUABIKE			

TARIFFE FITNESS "FORMULA CLUB". TUTTE LE ATTIVITÀ DELLA FORMULA CLUB SONO A PRENOTAZIONE E DISDETTA OBBLIGATORIA

- 1 LEZIONE PROVA (SOLO PER 1 VOLTA) - NO, ISCRIZIONE E CERTIFICATO € 12,00
- 1 LEZIONE SINGOLA - SI, ISCRIZIONE E CERTIFICATO € 12,00
- 12 LEZIONI € 102,00
- 12 LEZIONI STUDENTI ED UNIVERSITARI (PRESENTANDO MATRICOLA) € 90,00
- 24 LEZIONI € 186,00

NUOTO ADULTI* (2 VOLTE/SETT) **ABBONAMENTO MENSILE*** € 80,00
IL COSTO DEL PACCHETTO MENSILE INDICATO È VALIDO SOLO PER MESI DI 8 LEZIONI,
NEI MESI CON NUMERO DI LEZIONI DIVERSE VERRANNO CONTEGGIATE IL NUMERO DI LEZIONI.

NUOTO GUIDATO 8 LEZIONI (DA CONSUMARSI ENTRO 60 GG) € 60,00
OVERFITNESS 8 LEZIONI (DA CONSUMARSI ENTRO 60 GG) € 60,00

· Obbligatorio il certificato medico all'iscrizione
· Quota d'iscrizione € 25,00 valida dal 01/09/2026 - 31/08/2027 (a scalare)
· Card elettronica per controllo accessi € 10,00

ATTIVITÀ "FORMULA CLUB"

La Formula Club è un abbonamento da 12/24 entrate, della durata di un anno, che ti permette di poter usufruire di tutti i corsi in elenco sia alla piscina di Vallemiano che a quella del Passetto.

•AQUAFITNESS

Ginnastica di medio-alta intensità in acqua alta. È richiesta una buona acquaticità e un sufficiente livello di allenamento.

•AQUABIKE_

Attività mista che associa il lavoro cardiovascolare a quello di tonificazione. La pedalata in acqua esercita un continuo massaggio efficace sia per la definizione muscolare che per la circolazione periferica. Oltre alla bike è previsto l'utilizzo di altri attrezzi per tonificare addominali e arti superiori.

•AQUACIRCUIT

A tempo di musica pedali, corri, rinforzi la muscolatura addominale, tonifichi gli arti superiori... e molto altro. 45min no stop di movimento intenso, sano e divertente! Corso in acqua alta o bassa.

•H2O FUNCTIONAL TRAINING

Attività mista terra e acqua dove un allenamento funzionale a secco viene integrato con un'attività in acqua ad alta intensità. Adatta ad atleti e soggetti con un buon livello di preparazione fisica.

•AQUACOMBACT

È un attività allenante che si ispira alle arti marziali e alla box, dove la resistenza in acqua diventa il principale avversario da sconfiggere. Per migliorare e ottimizzare la qualità di questa lezione si utilizzano dei guantoni adatti all'acqua.

•NUOTO GUIDATO

Non è un corso di scuola nuoto, è un'attività senza limiti di età rivolta a tutti coloro che vogliono intraprendere un percorso di nuoto seguiti e gestiti da istruttori specializzati.

•OVER FITNESS

Ginnastica di media intensità rivolta al miglioramento di un globale benessere psicofisico. Attività rivolta ad un'utenza di età superiore ai 59 anni.

ATTIVITÀ AD ABBONAMENTO MENSILE*

•NUOTO ADULTI

Attività eccellente per gli adulti, completa e a basso impatto, che offre numerosi benefici fisici e mentali, tra cui tonificazione muscolare, miglioramento cardiovascolare, riduzione di stress e ansia, e rinforzo delle ossa e delle articolazioni.

LEZIONI PRIVATE DI NUOTO
per adulti e bambini

Lezioni personalizzate con istruttori certificati FIN, Federazione Italiana Nuoto. Indicate per chi desidera imparare da zero, perfezionare tecniche specifiche o ha esigenze particolari, offrendo un rapporto individuale o al massimo, se richiesto, 2 a 1 con l'istruttore.

Principianti: Chi non sa nuotare e vuole imparare.
Atleti: Nuotatori che vogliono migliorare la loro tecnica, allenarsi in modo più personalizzato o recuperare dopo infortuni.
Bambini: per un apprendimento più rapido e un rapporto 1 a 1.
Persone con esperienze negative: per chi ha avuto traumi legati all'acqua e cerca un approccio rassicurante.

ORARIO DA CONCORDARE CON L'OPERATORE

· N°1 ALLIEVO / N°1 LEZIONE	€ 30,00
· N°1 ALLIEVO / N°5 LEZIONI (DA UTILIZZARE ENTRO 2 MESI)	€ 125,00
· N°2 ALLIEVI / N°1 LEZIONE	€ 25,00
· N°2 ALLIEVI / N°5 LEZIONI (DA UTILIZZARE ENTRO 2 MESI)	€ 100,00

Il gruppo **WEP** nasce dal 2000 operando all'inizio principalmente nell'ambito della riabilitazione e rieducazione funzionale in acqua. Il nome stesso, acronimo di **Water Exercise Program**, richiama il concetto di programmazione mirata e professionale tramite un percorso di cura sviluppato grazie alle qualità terapeutiche dell'ambiente acquatico.
Attualmente il centro vanta operatori e collaboratori in grado di offrire, oltre ai programmi specifici in acqua, anche trattamenti mirati fuori dall'ambiente acquatico, in ambito fisioterapico ed osteopatico, terapeutico e funzionale presso l'ambulatorio WEP di Ancona, in via Russi 42/B, dov'è possibile avviare percorsi personalizzati rivolti sia ad atleti sia a pazienti.

A richiesta, per tutti i corsi, si attivano piccoli gruppi anche in altri giorni ed orari.
Se sei indeciso sulle attività da svolgere, puoi rivolgerti al nostro personale che ti aiuterà, attraverso una valutazione funzionale d'ingresso (gratuita), a fare chiarezza sulle nostre proposte e a definire il percorso motorio più adatto alle tue esigenze! Info: 333 94 97 832

ATTIVITÀ SU APPUNTAMENTO DA CONCORDARE CON L'OPERATORE:

· **Osteopatia:** Lorena Cesaretti 338 97 18 740
· **Fisioterapia in acqua e terra:**
Angelo Duranti 348 326 57 22

ATTIVITÀ IN PALESTRA INDIVIDUALI O DI GRUPPO DA CONCORDARE CON L'OPERATORE:

Monya Cimini 333 94 97 832

DOV'È POSSIBILE EFFETTUARE LE ATTIVITÀ IN ACQUA:

Piscina di PONTEROSSO T 071 28 61 673

DOV'È POSSIBILE EFFETTUARE LE ATTIVITÀ IN PALESTRA:

WEP · Palestra Via Russi 42/B · Ancona
Palestra di VALLEMIANO · C/o Piscina di Vallemiano · T 071 93 00 216
Palestra di PONTEROSSO · C/o Piscina di Ponterosso · T 071 28 61 673

TARIFFE PRESTAZIONI SANITARIE (IVA ESENTE):

· TRATTAMENTO FISIOTERAPICO INDIVIDUALE	EURO 50,00
· TRATTAMENTO DI RIABILITAZIONE IN ACQUA INDIVIDUALE	EURO 40,00
· TRATTAMENTO DI RIABILITAZIONE IN ACQUA IN PICCOLI GRUPPI	
MAX 2 PERSONE (COSTO CAD UNO)	EURO 24,00
DA 3 A 6 PERSONE MAX (COSTO CAD UNO)	EURO 18,00
· TRATTAMENTO DI OSTEOPATIA	EURO 60,00
· TRATTAMENTO DI OSTEOPATIA - PRIMA VISITA	EURO 80,00
· ATTIVITÀ IN PALESTRA DI GRUPPO 10 LEZIONI	EURO 120,00

TARIFFE NON SANITARIE A ENTRATE WEP

PREPARTO PRIMA LEZIONE DI PROVA	GRATUITA
PREPARTO 1 LEZIONE	€ 14,00
PREPARTO 5 LEZIONI	€ 70,00
PREPARTO 10 LEZIONI (DAL 3° MESE DI GRAVIDANZA - OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO DEL GINECOLOGO)	€ 120,00
AQUANTALGICA E AQUAPILATES 10 LEZIONI (DURATA ABBONAMENTO 90 GG)	€ 120,00

WEP

DAL 14 SETTEMBRE 2026

CORSI IN ACQUA DI RECUPERO MOTORIO

Piscina di Ponterosso Piscina di Vallemiano

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:15/09,00						AQUAPILATES
08:45/09:30	AQUANTALGICA		AQUANTALGICA			
09:30/10:15	AQUANTALGICA		AQUANTALGICA			
10:15/11:00	AQUANTALGICA		AQUANTALGICA		AQUANTALGICA	
10:30/11:15		AQUANTALGICA		AQUANTALGICA		
11:00/11:45	AQUANTALGICA	PREPARTO	AQUANTALGICA	PREPARTO	AQUANTALGICA	PREPARTO
13:15/14:00	AQUAPILATES		AQUAPILATES			

ATTIVITÀ IN ACQUA

• IDROKINESITERAPIA

Riabilitazione in acqua svolta individualmente o in piccoli gruppi

Il gruppo WEP è specializzato in "Idrochinesi", metodica di riabilitazione di carattere globale, che mira al recupero motorio, psicologico/emotivo e neurosensoriale della persona, sfruttando l'integrazione perfetta tra i vantaggi dell'acqua (riduzione del carico parziale o totale, facilità nell'esecuzione dei gesti, azione decongestionante del sistema linfatico e venoso) e quelle terapeutiche del movimento. La riabilitazione in acqua è utile nel pre e post intervento ortopedico, in caso di irrigidimenti articolari/muscolari che portano a difficoltà di movimento o dolori che vanno a limitare le attività di vita quotidiana, dopo periodi di immobilizzazione (gesso, busto, permanenza a letto,etc) per migliorare la capacità fisica generale (in ambito neuromotorio, circolatorio e cardio-respiratorio), per soggetti con problematiche di recupero (sciatalgia, scoliosi, ipercifosi, iperlordosi, scivolamento vertebrale,etc), ma anche per tutti quei soggetti che hanno bisogno di mantenersi attivi senza andare a sovraccaricare le articolazioni, come potrebbe fare un percorso riabilitativo a terra. L'acqua, sostenendo gran parte del peso del corpo, favorisce un corretto lavoro muscolare, ha un'azione antalgica e miorilassante, non sovraccarica le articolazioni e induce un benessere psicofisico. Permette inoltre di anticipare i tempi della riabilitazione, sia quando non sia concesso il carico sia in situazioni di dolore, in modo da accelerare l'attività di riabilitazione e rieducazione, con la possibilità di integrarla con la Fisioterapia a terra e l'Osteopatia. La riabilitazione in acqua è un percorso che si svolge attraverso trattamenti individuali eseguiti da Fisioterapista specializzato, o in piccoli gruppi (corso chiamato Aquantalgica).

• AQUANTALGICA

È un'attività motoria di gruppo che può essere svolta sia in acqua profonda (180 cm) sia in acqua media (70-110 cm) rivolta a soggetti sani o che presentano problematiche in via di risoluzione (dolori articolari, irrigidimenti muscolari) o patologie croniche (artrosi, osteoporosi e forme reumatiche di grado medio e lieve, etc.) per le quali svolge il ruolo di mantenimento delle capacità residue e previene le recidive. Lo scarico gravitazionale offerto dall'acqua, permette di lavorare in sicurezza, aiutando ad eseguire una vasta gamma di esercizi, che a terra risulterebbero troppo gravosi per rachide e articolazioni. Migliora l'equilibrio, la respirazione, la coordinazione, la capacità cardiocircolatoria e forza fisica. Ha il ruolo di coaudivare la fase post riabilitativa, ma è anche un atto molto importante nella prevenzione di stati dolorosi di varia natura.

• AQUAPILATES

Origina dall'unione delle tecniche benefiche del Pilates e dell'esercizio fisico in acqua allo scopo di creare un reale equilibrio e benessere psicofisico della persona. Si ricerca armonia nel movimento, controllo della postura corretta in stretta sintonia con la respirazione, profonda concentrazione, costante controllo addominale. È un particolare allenamento in acqua che oltre ad essere gradevole e rilassante consente di migliorare in modo progressivo e completo la tonicità muscolare, la propria sensibilità corporea e la percezione di sè.

• PREPARTO

Leggi pagina seguente.

wep
Water Exercise Program

Orari a pag 8-9

PREPARTO IN ACQUA

Attività di media intensità, il cui obiettivo è quello di generare benessere psico-fisico nelle gestanti, sfruttando i benefici dell'acqua come lo scarico gravitazionale e la stimolazione vascolare. Vengono proposti esercizi di tonificazione, nuoto, respirazione, allungamento, co-ordinazione, allo scopo di accompagnare le future mamme ad affrontare in modo piacevole e sereno la gravidanza e il parto.

Un percorso solo tuo e della tua pancia.
Sperimenteremo il respiro, il rilassamento, la percezione di "se" e attraverso la codifica di esercizi di allungamento, tonificazione e nuoto, sarai accompagnata nel preparto per affrontare al meglio questo delicato e meraviglioso momento della tua vita.

PISCINA DI PONTEROSSO
CORSO IL SABATO
09:15/09:45 • 4/8 MESI
09:45/10:15 • 8/12 MESI
10:15/10:45 • 12/18 MESI
10:45/11:15 • 18/24 MESI
11:15/11:45 • 24/36 MESI
CORSO IL MERCOLEDÌ
16:00/16:30 • 4/8 MESI
16:30/17:00 • 8/12 MESI
17:00/17:30 • 12/18 MESI
17:30/18:00 • 18/24 MESI
18:00/18:30 • 24/36 MESI

AQUATICITÀ NEONATALE
DAI QUATTRO MESI AI TRE ANNI

Esperienza motoria diversificata attraverso la quale il neonato ritrova il contatto con l'ambiente liquido a lui familiare dove ha trascorso i primi mesi di vita.
L'esperienza motoria in acqua dona al bambino benefici sul piano: psicofisico (rafforzamento del sistema circolatorio e respiratorio, del sistema immunitario, dell'apparato scheletrico e miglioramento della coordinazione), cognitivo (attraverso diversificati stimoli sensoriali e proposte di attività logiche e ludiche), affettivo-relazionale (maggiore percezione del proprio corpo, possibilità di confrontarsi con le proprie paure e superarle, acquisizione di fiducia in sé e nelle proprie capacità).
Migliora la qualità del sonno e ne favorisce il rilassamento. È un momento di socializzazione e condivisione di giochi con altri bambini; per i genitori è invece un'occasione di confronto costruttivo e di condivisione delle proprie esperienze, volti a ridurre eventuali ansie ed insicurezze che la vita genitoriale comporta. Attraverso un'esperienza ludica, il corso di acquaticità neonatale, favorisce nel bambino l'apprendimento spontaneo del processo natatorio facilitando il neonato a compiere azioni sempre più complesse ed elaborate finalizzate al raggiungimento di una completa autonomia acquatica.

WEP

DAL 14 SETTEMBRE 2026

CORSI IN PALESTRA RIEDUCATIVI E POSTURALI

Palestra C/o la Piscina di Ponterosso

Palestra C/o la Piscina di Vallemiano

Palestra al centro WEP in via Russi 42/B, Ancona

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
06:45/07:30	FUNCTIONAL TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING				
07:00/08:00		REFORMER		REFORMER	REFORMER	REFORMER	
07:30/08:15		TOTAL BODY		TOTAL BODY			
07:30/08:30			REFORMER				
08:00/0900		REFORMER		REFORMER	REFORMER		
08:30/09:15		TOTAL BODY		TOTAL BODY			
08:30/09:30			REFORMER				
09:00/10:00		REFORMER		REFORMER	REFORMER		
09:30/10:15	SOFT GYM	SOFT GYM	SOFT GYM	SOFT GYM			
09:30/10:30						REFORMER/PERSONAL T	
10:00/10:45		SOFT GYM		SOFT GYM			
10:00/11:00					REFORMER		
10:15/11:00	SOFT GYM						
10:15/11:15	REFORMER		REFORMER				
10:30/11:30		PERSONAL TRAINER		PERSONAL TRAINER		REFORMER/PERSONAL T	
11:00/11:45	SOFT GYM						
11:00/12:00					REFORMER		
11:15/12:00	POST PARTO		POST PARTO				
11:30/12:30		PERSONAL TRAINER		PERSONAL TRAINER			
12:00/13:00	REFORMER/PERSONAL T	REFORMER/PERSONAL T	REFORMER/PERSONAL T	REFORMER/PERSONAL T	REFORMER		
12:30/13:30		PERSONAL TRAINER		PERSONAL TRAINER			
13:00/14:00		REFORMER/PERSONAL T		REFORMER/PERSONAL T			
13:30/14:30		PERSONAL TRAINER		PERSONAL TRAINER			
14:00/15:00		REFORMER	REFORMER	REFORMER	REFORMER		
14:30:15:30	REFORMER						
15:00/16:00		REFORMER		REFORMER	REFORMER		
15:30/16:30	REFORMER						
16:00/17:00		REFORMER		REFORMER	REFORMER		
16:30/17:30							
16:45/17:30	PILATES						
17:00/18:00		REFORMER		REFORMER	REFORMER		
17:30/18:15	PILATES						
17:30/18:30	REFORMER						
18:00/18:45		TOTAL BODY		TOTAL BODY			
18:00/19:00					REFORMER		
18:30/19:15	PILATES						
18:30/19:15	PILATES		MOBILITY				
18:30/19:15	TOTAL BODY	TOTAL BODY	TOTAL BODY	TOTAL BODY			
18:45/19:45		REFORMER		REFORMER			
19:00/19.45							
19:00/20:00					REFORMER		
19:15/20:15	REFORMER						
19:30/20:15	PILATES		MOBILITY				
19:45/20:45		REFORMER		REFORMER			

ATTIVITÀ IN PALESTRA A PICCOLI GRUPPI O INDIVIDUALI

• PILATES

Esercitazione fisica attiva, che insegna a percepire e ad assumere, una corretta postura per riconquistare così maggiore armonia e fluidità nei movimenti. L'attività è pensata e calibrata per tutte le età. Le diverse sessioni prevedono esercizi di respirazione, di mobilizzazione attiva articolare, di allungamento delle catene muscolari, di tonificazione muscolare, di equilibrio e coordinazione.

• MOBILITY

È un allenamento completo per il corpo basato su un mix di tecniche di stretching, yoga e pilates, finalizzato al raggiungimento di un ottimale grado di mobilità di tutte le articolazioni. Adatto sia a chi deve diminuire tensioni sia all'atleta che vuole migliorare le sue prestazioni.

• SOFT GYM

È finalizzata ad alleviare, prevenire e contenere dolori di origine muscolare ed articolare. Adatta sia a donne che a uomini di media età. È una disciplina che si basa su movimenti dolci, finalizzati al miglioramento della postura e alla prevenzione di sintomi che disturbano la normale funzionalità della struttura fisica.

• TOTAL BODY

Si propongono esercizi a terra per tutti i distretti corporei, utili ad incrementare la resistenza e la forza muscolare attraverso l'utilizzo di piccoli attrezzi.

• CORSO POST PARTO

È finalizzato a trattare le disfunzioni del pavimento pelvico e della diastasi addominale attraverso esercizi basati su metodologie integrate, tra cui la ginnastica posturale, il Pilates (anche con l'ausilio del Reformer), la mobility e l'allungamento total body.

• FUNCTIONAL TRAINING

Attività svolta in piccoli gruppi - max 5 persone

È un allenamento finalizzato alla conoscenza del proprio corpo ed alla capacità di utilizzarlo al meglio. Si differenzia dall'esercizio analitico perché rivolto al miglioramento della condizione fisica generale. Elemento fondamentale e costante è l'allenamento dei muscoli stabilizzatori. Il lavoro si svolge prevalentemente a corpo libero o utilizzando attrezzature non meccaniche come trx, fitball, elastici, palle mediche. Ogni allenamento sarà sempre accompagnato da esercizi di stretching dinamico e statico, prima e dopo, per migliorare flessibilità ed elasticità a livello muscolo scheletrico fondamentali per ottenere massima fluidità e precisione nei movimenti più intensi e complessi. Importante anche per prevenire infortuni e favorire un miglior recupero post allenamento.

• REFORMER (leggi pagina seguente)

ATTIVITÀ IN PALESTRA INDIVIDUALI

Attività svolte individualmente previo contatto telefonico

• OSTEOPATIA

L'Osteopatia è una metodica di terapia manuale non convenzionale, che si basa sul contatto manuale, per la valutazione, la diagnosi ed il trattamento di diverse patologie. Si tratta di una forma di cura incentrata sulla salute della persona piuttosto che sulla malattia: si avvale, cioè, di un approccio che va alla ricerca dell'origine del sintomo e non si ferma al sintomo stesso; spesso infatti la causa del problema trova la sua locazione lontano dalla zona dolorosa. Poiché in Osteopatia si ha una visione di interdipendenza dei vari apparati del corpo, è valida l'idea che un problema dell'apparato muscolo scheletrico crei difficoltà di funzionamento agli organi o visceri ed anche il contrario, cioè un problema organico-viscerale può provocare dei dolori di tipo muscolo-scheletrico. L'Osteopatia, grazie ai principi d'interdipendenza su cui si basa, in cui il corpo possiede al suo interno processi di autoguarigione che si attivano ogni qual volta sia necessario ristabilire un equilibrio, interviene su persone di tutte le età, dal neonato all'anziano, dalla donna in gravidanza allo sportivo professionista. Si rivela efficace in diversi disturbi come: cervicalgie, lombalgie, sciatalgie, artrosi, discopatie, cefalee, dolori articolari e muscolari da traumi e non, alterazioni dell'equilibrio, nevralgie, stanchezza cronica, affezioni congestizie come otiti, sinusiti, disturbi ginecologici e digestivi e disequilibri del sistema nervoso centrale e periferico, etc. L'osteopatia Biodinamica è quella specializzazione dell'osteopatia che si basa sul principio di questa disciplina, per cui il corpo ha la capacità di auto guarigione. Quando siamo embrioni intervengono su di noi forze creatrici di nuovi organi e strutture e che permangono nell'adulto come forze riparatrici. La parte fluida del nostro corpo (linfa, liquido all'interno delle articolazioni e degli occhi, liquor cefalo rachidiano che si trova attorno al cervello e al midollo spinale etc.) è in movimento perenne e subisce delle oscillazioni, la sua fluttuazione si trasmette a tutti i tessuti e diventa percepibile a livello osseo, per la mano addestrata dell'osteopata. Questa micro mobilità è stata studiata e registrata con apparecchiature da ricercatori osteopati e non, già da molti anni. Le tecniche di biodinamica si basano sull'utilizzo di questo principio vitale a fini diagnostici e terapeutici. In biodinamica il terapeuta, attraverso una fine palpazione, percepisce le informazioni che provengono dal paziente, in una seconda fase sostiene e guida la correzione delle disfunzioni che si sono realizzate nel corpo. La vera potenza di queste tecnica è che le correzioni non provengono dall'esterno, come se fossero dei cerotti applicati su ferite, ma è il corpo stesso che si trasforma e rigenera il tessuto. Il corpo va incontro a veri e propri fenomeni di "rimodellamento" che partono dall'interno. I trattamenti di biodinamica, a differenza di altri tipi di manipolazioni, non hanno alcun tipo di controindicazione. Possono essere effettuati su tutti: dai neonati agli anziani, anche in pazienti affetti da patologie severe e in gravi condizioni di salute, nel caso di osteoporosi, fratture etc. e sono indicatissime nei casi acuti e anche in caso di dolori cronici non più alleviabili da farmaci. Possono migliorare patologie del sistema immunitario ed endocrino e sostenere nella risoluzione, stati di stress ed esaurimento fisico e mentale.

NEW

REFORMER

INDIVIDUALE O IN COPPIA

Consente un allenamento completo potenziando i muscoli di tutto il corpo e migliorando la duttilità, la flessibilità articolare e la tua postura.

Info e orari 333 94 97 832

Palestra C/o la Piscina di Ponterosso

wep
Water Exercise Program

• FISIOTERAPIA

Primo tra i trattamenti manuali offerti dal centro, la fisioterapia si occupa di identificare e massimizzare la qualità della vita del paziente tramite interventi che mirano a sviluppare, mantenere o recuperare il movimento e le funzionalità in ambito sia neuro-muscolo-scheletrico che posturale.
La fisioterapia interviene in quelle circostanze in cui, a causa di un trauma, una malattia, o fattori ambientali e climatici, il benessere fisico, psicologico o emozionale del paziente è compromesso.
Gli operatori WEP operano entro le sfere della promozione, prevenzione, trattamento, abilitazione e riabilitazione, senza l'utilizzo di strumentazioni tecniche ma esclusivamente con trattamenti manuali, quali tecniche miofasciali, linfodrenaggio, rieducazione posturale globale, mobilizzazioni articolari, esercizi specifici di rinforzo dei muscoli deficitari, etc. I nostri fisioterapisti nnno in grado, dopo aver individuato il disturbo e aver improntato un percorso di cura specifico e personale, di seguirvi nel recupero di una maggior qualità di vita senza algie o limitazioni funzionali.

• MASSAGGIO SPORTIVO E TAPING

Le conoscenze e le competenze degli esperti del centro sono applicate in ambito sportivo, per qualsiasi fascia d'età e livello agonistico in cui ci si trovi a competere. In particolare, con il massaggio sportivo s'interviene sia nella fase pre che post gara con trattamenti finalizzati a migliorare la qualità dei tessuti quali fasce, muscoli e tendini soprattutto per quei distretti particolarmente interessati dalla prestazione fisica altamente specializzata. Le tecniche manuali applicate, aiutano a manipolare in modo efficace i tessuti stressati, ristabilendo la fisiologica elasticità, decongestionando e rilassando gli stessi e quindi prevenendo eventuali infortuni. I benefici del massaggio sono anche a carico del riequilibrio del sistema nervoso autonomo e ciò porta a una riduzione dello stress e stati d'ansia, a cui spesso l'atleta è sottoposto.
Grazie ai nostri esperti, nel centro è anche possibile praticare il taping sportivo: tecnica che prevede l'apposizione di cerotti, la cui particolare applicazione ha il compito di riequilibrare gli effetti di un muscolo sovraccarico, attenuandone il dolore e accelerando così la ripresa dell'attività sportiva.

• OSTEOPATIA BIODINAMICA

La Salute rappresenta l'armonica integrazione di tutti i sitemi che si riuniscono nel vivente e garantiscono l'integrità della sua essenza. Salute, che, in alcuni momenti chiede aiuto, attraverso l'integrazione di tutte le conoscenze, permettendo ai sistemi organici di tornare a dialogare. La medicina Osteopatica si esprime a servizio di "Corpo", "Forze vitali" e "Mind" Mente, può essere definita rispettivamente come Osteopatia Biomeccanica, Biocinetica e Biodinamica, dove non possiamo dimenticare che il suffisso "bio" significa "vita". L'osteopatia biodinamica è uno dei modelli dell'osteopatia, che utilizza un approccio ai tessuti non manipolativo. Per questo, ha caratteristica di alta protezione nei confronti dei tessuti, diventando così strumento d'elezione nei casi in cui la persona non possa subire una manipolazione franca del suo corpo, perché si trova immerso in un processo riparativo per esempio (esito di fratture o interventi chirurgici) o perché la sua età prevede particolare cautela (gestante, neonato, anziano).
Essa non si concentra sulla disfunzione che impedisce la guarigione, ma piuttosto sulla Salute che rimane sempre presente (anche se nascosta) nei tessuti interessati dall'evento, che ha portato la perdita temporanea della loro compliance funzionale. La comunicazione delle informazioni da un punto all'altro dell'organismo è essenziale nel garantire la Salute attraverso il principio dell'omeostasi, a condizione però che la continuità di tessuti e/o il loro funzionamento non siano danneggiati. Se, infatti, le informazioni che viaggiano all'interno delle ossa, fasce connettivali, muscoli, tessuto nervoso, mucose, sangue, linfa etc… non riescono a raggiungere la loro destinazione (ad esempio a seguito di traumi, cicatrici, malattie infiammatorie, eventi emozionali traumatici etc) si verifica una disfunzione, dovuta all'impossibilità dell'organismo di mantenere il proprio equilibrio. Proprio grazie all'osteopatia, che considera il corpo e la mente un tutt'uno, è possibile trovare una soluzione a questa mancanza di continuità e ripristinare il benessere di tutto l'essere vivente.

• RIEDUCAZIONE POSTURALE SECONDO MEZIERES

Il Metodo Mezieres è una tecnica riabilitativa individuale, ad approccio globale posturale che, attraverso il ripristino della simmetria corporea, determina il recupero funzionale. Dopo una seduta di valutazione, si cerca di individuare le cause del sintomo (conflitti meccanici articolari) determinate dal progressivo accorciamento asimmetrico dei muscoli agenti sui segmenti articolari stessi. La posturale agisce sulle articolazioni attraverso il riequilibrio delle forze muscolari. Il riequilibrio avviene attraverso la diminuzione della rigidità/accorciamento muscolare e attraverso l'aumento della capacità di lavoro del sistema mio-fasciale. Durante la seduta Mezieres il paziente svolge un ruolo attivo nell'esecuzione degli esercizi proposti dal terapeuta. In questo modo ha funzione determinante nella risoluzione delle problematiche.
Il ruolo del terapeuta Mezieres è quello di individuare le cause che sostengono il sintomo riferito dal paziente ed individuare gli specifici esercizi personalizzati e finalizzati alla risoluzione dello stesso.

• PROGETTO MINDFULNESS, PER DONNE E NEOMAMME

Un percorso dedicato al benessere della donna in gravidanza e nel post-parto, che integra osteopatia, chinesiologia e mindfulness per favorire il recupero dell'equilibrio fisico ed emotivo.
L'osteopatia aiuta a ridurre i disturbi legati alla gravidanza e al post-parto, migliorando mobilità, elasticità e funzionalità dei tessuti. La chinesiologia propone un programma personalizzato per il recupero del pavimento pelvico e della diastasi addominale attraverso esercizi mirati, ginnastica posturale, Pilates, mobility e allenamento funzionale. La mindfulness, infine, accompagna la donna in un percorso di consapevolezza, aiutandola a gestire stress e ansia e a ritrovare un profondo equilibrio con il proprio corpo.
Un approccio integrato per prendersi cura della persona in ogni sua dimensione.

INFO: Osteopata Lorena Cesaretti
Tel 338 97 18 740

OSTEOPATIA NEONATALE

Perché trattare precocemente un neonato con l'osteopatia? Ed eventualmente quanto precocemente?

Il tocco dolce dell'osteopata concede di eseguire un vero atto di prevenzione primaria, in un momento estremamente delicato della vita di un essere umano. Il momento del parto è peculiare quanto rocambolesco ed in questa fase, molto spesso, i tessuti muscolari ed ossei vengono aggrediti e stressati. Su tessuti della consistenza della carta pesta o poco più, si determina uno shock che impedisce loro di "funzionare" adeguatamente e di creare così le basi per problematiche che potranno rendere difficile la qualità della vita del bambino e dei suoi genitori. Coliche, difficoltà di suzione, problematiche legate al ritmo sonno/veglia e, più avanti nel tempo, scoliosi, problemi di coordinazione, di visione, di masticazione, di attenzione etc... Un'azione precoce, fin dai primi giorni dopo il parto, può ridurre fino ad eliminare del tutto i problemi e la loro origine. Essere tempestivi impedisce al trauma di fissarsi ai tessuti, ancora in divenire, e di realizzare al meglio tutto il loro potenziale!

INFO: Piscina di Vallemiano
Tel 071 930 02 16

ACQUA SENZA BARRIERE

Un percorso pensato per vivere l'acqua come uno spazio di crescita, benessere e condivisione. Ogni lezione è un'occasione per nuotare, imparare, divertirsi e stare insieme, valorizzando le capacità di ciascuno in un ambiente accogliente e stimolante.

Attraverso attività personalizzate e il supporto di istruttori qualificati, il corso favorisce lo sviluppo delle abilità motorie, dell'autonomia e della fiducia in sé, promuovendo l'inclusione e il piacere di condividere ogni traguardo. Perché il valore più grande non è solo imparare a nuotare, ma crescere insieme, un sorriso alla volta.

wep
Water Exercise Program

RIABILITAZIONE E FISIOTERAPIA IN ACQUA O IN PALESTRA PRE E POST OPERATORIA

DA PIÙ DI 20 ANNI, LA WEP SI OCCUPA DELLA RIEDUCAZIONE E DELLA RIABILITAZIONE DEL CORPO.

La riabilitazione in acqua è utile nel pre e post intervento ortopedico, in caso di rigidità articolare e/o muscolare, condizioni che possono essere fonte di difficoltà motorie e stati dolorosi, che limitano la quotidianità.

Ideale dopo periodi di immobilità (gesso, busto, permanenza a letto, etc), **per migliorare la capacità fisica generale** (in ambito neuromotorio, circolatorio e cardio-respiratorio), **per soggetti con problematiche posturali** (sciatalgia, scoliosi, ipercifosi, iperlordosi, scivolamento vertebrale,etc), ma anche per tutte quelle persone che vogliono fare attività che permetta loro di conservare lo stato di salute e prevenire eventuali criticità, senza sovraccaricare l'apparato muscolo scheletrico, come potrebbe succedere in un percorso riabilitativo e rieducativo terrestre. L'acqua, sostenendo gran parte del peso corporeo, favorisce una corretta attivazione muscolare, ha un'azione antalgica e miorilassante, non sovraccarica le articolazioni e induce un benessere psicofisico.

Permette inoltre di anticipare i tempi della riabilitazione, sia quando non è concesso il carico sia in caso di dolore e infiammazione, in modo da accelerare i tempi di recupero. La riabilitazione in acqua è un percorso che si svolge nelle PISCINE CO.GE.PI. del Passetto e di Ponterosso di Ancona, attraverso trattamenti individuali eseguiti da fisioterapisti specializzati, o in piccoli gruppi.

Fisioterapia a terra 338 97 18 740
Fisioterapia in acqua info@fisiowep.it

La fisioterapia, praticata dagli operatori WEP interviene in quelle circostanze in cui è stato compromesso il benessere **fisico psicologico o emozionale** del paziente a causa di un trauma o una malattia.

Prevenzione, trattamento e riabilitazione con tecniche manuali miofasciali, di linfodrenaggio, di rieducazione posturale globale, di mobilizzazioni articolari, di esercizi specifici di rinforzo dei muscoli deficitari, sia in acqua, **nelle piscine di Ponterosso e delPassetto,** che a terra, **nelle palestre Wep.**

DAL 1902 LO SPORT LO FACCIAMO IN ACQUA!

La Vela Nuoto Ancona è la più antica società sportiva anconetana per fondazione (1902), per affiliazione alla Federazione Italiana Nuoto (1961) e per riconoscimento della Scuola Nuoto Federale® da parte della stessa Federazione (2001). Nel corso della sua storia recente, la Società ha ricevuto dal CONI i riconoscimenti delle **Stelle di bronzo** (1977), argento (1996) e oro (2001), **la medaglia d'argento di civica benemerenza** dal comune di Ancona (1993) e la targa di benemerenza del Panathlon (2009). Nel 2016, infine, il CONI ha assegnato alla Vela Nuoto il **Collare d'Oro**, massimo riconoscimento sportivo nazionale.

Tutti i tecnici sono abilitati dalla Federazione Italiana Nuoto e garantiscono un servizio di qualità certificata e coerente con gli obiettivi tecnico-didattici della Federazione.

L'intero ciclo didattico si articola intorno alla cultura dell'acqua che permette il benessere fin dai primi approcci sia tra i piccolissimi sia tra gli allievi più maturi.

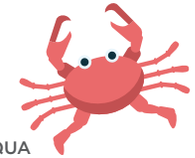
Con l'avanzamento delle capacità acquisite, per gli allievi della Scuola Nuoto Federale® si aprono diversi percorsi che possono portare alla preparazione agonistica delle specialità di **nuoto, pallanuoto e nuoto sincronizzato**, oppure a una attività più soft, sempre all'interno della Scuola, prolungata nel tempo, che svilupperà ulteriormente le abilità acquatiche, la socializzazione e gli aspetti salutistici. In questo secondo percorso può essere prevista anche la partecipazione a manifestazioni sportive dedicate a questo percorso.
Al termine dei due tragitti, gli atleti e gli allievi potranno partecipare ai corsi Federali per ottenere le qualifiche di istruttore di nuoto e di assistente bagnanti.

Nel corso della sua storia gli atleti della Vela Nuoto Ancona hanno partecipato a 78 manifestazioni internazionali con la squadra nazionale in 32 nazioni dei 5 continenti. Tra le 78 gare, ci sono 11 Campionati del Mondo, 10 Campionati Europei, una Coppa Latina e una edizione dei Giochi del Mediterraneo.

PUOI CONTATTARCI:

PISCINA	INDIRIZZO	TELEFONO	GESTIONE
PASSETTO	Via Thaon de Revel	071 31 34 8	(CO.GE.PI)
PONTEROSSO	Via Ruggeri	071 28 61 673	(CO.GE.PI)
VALLEMIANO	Via Miano	071 930 0216	(Vela Nuoto Ancona)
DOMENICO SAVIO	Via Torresi	071 28 61 673	(Comune di Ancona)

I LIVELLI ACQUATICI DELLA SCUOLA NUOTO FEDERALE DELLA VELA NUOTO ANCONA



1° Granchietto

· APPROCCIO CON L'ACQUA
· IMMERSIONE DEL CORPO E DEL VISO
· GIOCOMOTRICITÀ ACQUATICHE

2° Stella marina

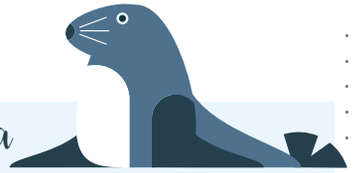
· IMMERSIONE DEL VISO E RESPIRAZIONE
· FASE ORIZZONTALE E GALLEGGIAMENTI
· SPOSTAMENTI A CAGNOLINO
· TUFFI IN PIEDI DAL BORDO
· ABILITÀ ACQUATICHE

3° Cavalluccio

· GALLEGGIAMENTO VERTICALE
· TIPI DI REMATE
· POSTURE E SCIVOLAMENTI
· IMPOSTAZIONE NUOTATA A DORSO E A STILE LIBERO
· TUFFO DI PARTENZA DAL BORDO
· ABILITÀ ACQUATICHE

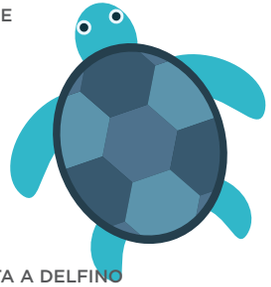
4° Tartaruga

· NUOTATA COMPLETA A DORSO
· NUOTATA COMPLETA A STILE LIBERO
· IMPOSTAZIONE NUOTATA A RANA
· TUFFO DI PARTENZA DAL BLOCCO
· ABILITÀ ACQUATICHE



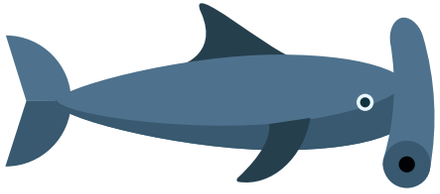
5° Foca

· 25 MT NUOTATA A DORSO E A STILE LIBERO
· NUOTATA COMPLETA A RANA
· DELFINIZZAZIONE
· VIRATE ELEMENTARI
· ELEMENTI BASE DI PALLANUOTO
· ABILITÀ ACQUATICHE



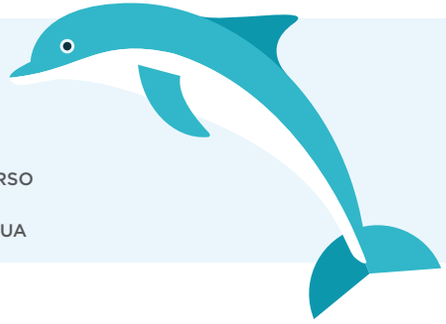
6° Squalo

· NUOTATA COMPLETA A DELFINO
· 25 MT NUOTATA A RANA
· 50 MT NUOTATA A DORSO E A STILE LIBERO
· VIRATA E TUFFO DI PARTENZA NEI 4 STILI
· ABILITÀ ACQUATICHE



7° Delfino

· 50 MT NUOTATA A RANA
· 25 MT NUOTATA A DELFINO
· PERFEZIONAMENTO STILE LIBERO E DORSO
· 100 MT MISTI
· ELEMENTI BASE DI SALVAMENTO IN ACQUA



Passetto 071 31 34 8
Ponterosso 071 28 61 673
Vallemiano 071 930 0216
segreteria@velanuotoancona.it

FIN ScuolaNuoto FEDERALE

SCUOLA NUOTO

CORSI DAI 3 AI 18 ANNI
PISCINA DI PONTEROSSO
E DI VALLEMIANO
INIZIO CORSI 14.09.2026

PISCINA DI PONTEROSSO

LUNEDÌ E GIOVEDÌ MARTEDÌ E VENERDÌ CORSO BI-SETTIMANALE 5-18 ANNI	MERCOLEDÌ E SABATO CORSO MONO E BI-SETTIMANALE 5-18 ANNI	CORSO BABY 3-5 ANNI LUNEDÌ E GIOVEDÌ MARTEDÌ E VENERDÌ CORSO BI-SETTIMANALE
DALLE 16:30 ALLE 17:15	DALLE 16:15 ALLE 17:00	DALLE 16:45 ALLE 19:15 (LEZIONI DA 30 MINUTI)
DALLE 17:15 ALLE 18:00	DALLE 17:00 ALLE 17:45	
DALLE 18:00 ALLE 18:45	DALLE 17:45 ALLE 18:30	
DALLE 18:45 ALLE 19:30		

PISCINA DI VALLEMIANO

MARTEDÌ E GIOVEDÌ CORSO BI-SETTIMANALE 5-18 ANNI	LUNEDÌ E VENERDÌ CORSO MONO E BI-SETTIMANALE 5-16 ANNI	SABATO CORSO MONO SETTIMANALE 6-12 ANNI
DALLE 16:15 ALLE 17:00	DALLE 16:15 ALLE 17:00	DALLE 09:30 ALLE 10:15
DALLE 17:00 ALLE 17:45	DALLE 17:00 ALLE 17:45	DALLE 10:15 ALLE 11:00
DALLE 17:45 ALLE 18:30	DALLE 17:45 ALLE 18:30	DALLE 11:15 ALLE 12:00
DALLE 18:30 ALLE 19:15		DALLE 12:00 ALLE 12:45

SCONTISTICHE: -10% sconto "fratelli" (dal secondo figlio iscritto in poi)

CERTIFICATO MEDICO: obbligatorio dai 6 anni da consegnare al momento dell'iscrizione o comunque entro il primo giorno di lezione.

ISCRIZIONE E ASSICURAZIONE: quota d'iscrizione € 25,00 (a scalare) valida dall' 01.09.26 al 31.08.27
Per tutti i corsi in elenco è possibile iscriversi in tutte le segreterie.
Smart card Piscina di Ponterosso: per accessi e attivazione docce € 10,00 (al momento del pagamento mensile verrà caricata 1 doccia per ogni lezione presente nel periodo pagato).

RECUPERI: N°2 recuperi al mese, con buono ingresso al nuoto libero. Non sono previsti recuperi per eventuali periodi di assenza prolungata, anche per malattia.

PAGAMENTO MENSILITÀ: deve essere effettuato tassativamente entro la prima settimana di corso. In caso di assenza e/o senza il pagamento della mensilità, il posto non viene garantito e potrà essere occupato da un altro bambino. In caso di lezione di prova, la stessa verrà conteggiata nella mensilità al momento dell'iscrizione.

TARIFFA MENSILE: MONO settimanale €40 - BI settimanale €80 - TRI settimanale €120.
Il costo del pacchetto mensile indicato è valido solo per mesi di 8 lezioni, nei mesi con numero di lezioni diverse verranno conteggiate il numero di lezioni.

PALLA NUOTO
MASCHILE E FEMMINILE
DAI 7 AGLI 11 ANNI

PER I NUOVI ISCRITTI: DAL 14.09 AL 31.10 PROVE GRATUITE

ORARI RECLUTAMENTO

PASSETTO: **PRINCIPIANTI** LUN E VEN 17:15/18:15
AVANZATO LUN E VEN 18:15/19:30 - MERC 17:30/19:00

PONTEROSSO: MART E GIOV 16:30/18:00
AVANZATO MART, MERC E GIOV 16:30/18:00

È NECESSARIA UN'ACQUATICITÀ DISCRETA.
INDISPENSABILE IL CERTIFICATO MEDICO
E LA QUOTA DI ISCRIZIONE DI € 25,00 (A SCALARE)
FIN DAI PRIMI GIORNI DI ALLENAMENTO.

REFERENTE FEMMINILE: AURORA 327 911 86 76
REFERENTE MASCHILE: ROBERTO 393 170 64 22

NUOTO SINCRONIZZATO
DAI 6 AGLI 8 ANNI

PER I NUOVI ISCRITTI: DAL 14.09 AL 31.10 PROVE GRATUITE

ORARI

PASSETTO: LUN 18:00/19:00

DOMENICO SAVIO: MERC 19:00/20:00

PONTEROSSO: LUN 18:00/19:00 - 19:00/20:00
SABATO: 15:00/16:00

È NECESSARIA UN'ACQUATICITÀ DISCRETA.
INDISPENSABILE IL CERTIFICATO MEDICO
E LA QUOTA DI ISCRIZIONE DI € 25,00 (A SCALARE)
FIN DAI PRIMI GIORNI DI ALLENAMENTO.

REFERENTE: VALERIA 345 13 15 880

Passetto 071 31 34 8
Vallemiano 071 930 0216
Ponterosso 071 28 61 673
segreteria@velanuotoancona.it

NUOTO LIBERO

ORARI IN VIGORE DAL 14 SETTEMBRE 2026

GLI ORARI DEL NUOTO LIBERO POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI NELL'ARCO DELLA STAGIONE 2026/27

	PISCINA DI VALLEMIANO		PISCINA DEL PASSETTO		PISCINA DI PONTEROSSO	
GIORNI	MATTINA	POMERIGGIO	MATTINA	POMERIGGIO	MATTINA	POMERIGGIO
LUNEDI	06:00/15:00			17:30/20:00	07:00/14:30	16:30/20:30
MARTEDI	07:00/14:30	20:00/21:00	07:30/14:30	17:15/19:15	07:30/14:30	16:30/20:00
MERCOLEDI	06:00/15:00				07:00/14:30	18:30/20:30
GIOVEDI	07:00/14:30	20:00/21:00	07:30/14:30		07:30/14:30	16:30/20:00
VENERDI	06:00/15:00			17:15/19:30	07:30/14:30	16:30/20:30
SABATO	08:00/14:30		08:30/12:00		08:00/14:00	16:30/18:30
DOMENICA	08:00/12:30				09:00/12:30	

- INGRESSO ADULTI SINGOLO € 8,00 - 10 INGRESSI € 72,00
- INGRESSO GIOVANI (13-17 ANNI) SINGOLO € 7,00 - 10 INGRESSI € 59,00
- INGRESSO RAGAZZI (3-12 ANNI E OVER 65) SINGOLO € 6,00 - 10 INGRESSI € 56,00
- 12 INGRESSI € 72,00:
  PER UNIVERSITARI (PRESENTANDO MATRICOLA)
  PER DONATORI AVIS (PRESENTANDO TESSERA)
  PER FORZE DELL'ORDINE, DIPENDENTI CONERO BUS, CROCE ROSSA, CRAL ANGELINI, CRAL CONERO BUS, CRAL COMUNE DI ANCONA, AIC ASSOCIAZIONE ITALIANA CELIACHIA
- CARD ELETTRONICA PER CONTROLLO ACCESSI € 10,00
- L'ABBONAMENTO PER LA PISCINA DI VALLEMIANO È VALIDO ESCLUSIVAMENTE PER QUELL'IMPIANTO
- L'ABBONAMENTO PER IL PASSETTO E PER PONTEROSSO PUÒ ESSERE ACQUISTATO IN ENTRAMBI GLI IMPIANTI

Arredi e complementi per gli spazi outdoor ed indoor

TM GROUP

tmgroupsrl.eu

Strutture su misura in lega di alluminio estruso

L'alluminio è un materiale che coniuga solidità, leggerezza e lunga durata.

Con **TM Group** puoi dare forma ai tuoi progetti su misura: **scale, car park, pergole, pensiline, stazioni di ricarica, bike station, panchine** e molto altro.

Trattato con processi di anodizzazione o verniciatura a polveri termoindurenti per offrire la massima protezione contro corrosione, raggi UV, umidità e agenti atmosferici.

Disponibile in numerose varianti di colore, l'alluminio si combina con accessori e moduli configurabili, dando vita a progetti esclusivi, contemporanei e funzionali. Integra armonicamente l'architettura residenziale contemporanea e non, offrendo soluzioni eleganti, funzionali e tecnologiche, **certificate CQOP - SOA**.

Nell'immagine: Scala a chiocciola per interni ed esterni
Struttura elicoidale autoportante personalizzabile in altezza, diametro e angolo
Gradini e corrimano integrati con vetro, legno e acciaio inox
Resistenza certificata a usura e agenti atmosferici
Possibilità di illuminazione integrata nei gradini o nel corrimano

TM GROUP srl Via Roma, scn 63812 Montegranaro (FM) info@tmgroupsrl.eu T +39 0734 260100

GRAZIE A TUTTI GLI SPONSOR DELLA VELA NUOTO ANCONA:

SCHIAVONI MATERIALE ELETTRICO INDUSTRIALE
GioAcchini
EVOMET
Evel WINDEPENDENCE
COLOR WORKS
bartolucci arredi per il design
COSMA CILINDRI OLEODINAMICI
powerplast SAIL THE EXCELLENCE
Metalcontrol
ISAXIS NEW IDEAS FOR BUSINESS
CECCONI MARMI
AAM ACQUASANTA MARMI s.a.s.
Sì con te
LA GOLOSA Severini
Colorado café
VENTINOVE s.r.l. IMPRESA EDILE SPECIALIZZATA NEL RETAIL
Pucciufficio DIGITAL INNOVATION
TOMASSONI MACCHINE UTENSILI
airlo SERVICE
PAVONI ORIELLO lavorazioni in legno
MB Studio Belvederesi
CLA
estetica LAURA
FAMA SK
CAONÀ Azienda Agricola Caoná
QUARCHIONI FERNANDO SRL
m.a.i.d. TRATTAMENTO ACQUE
airlo SERVICE

SPONSOR ETICO:
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE
AVIS Comunale Ancona

CO·GE·PI consorzio.gestione.piscine

Segreteria del Passetto Tel 071 31 34 8
Segreteria di Vallemiano Tel 071 930 0216
Segreteria Ponterosso 071 28 61 673

Orari segreterie: come da orari di apertura dell'impianto
www.cogepiancona.it • info@cogepiancona.it
Piscine Cogepi Ancona

VELA NUOTO ANCONA

Segreteria del Passetto Tel 071 31 34 8
Segreteria di Vallemiano Tel 071 930 0216
Segreteria Ponterosso 071 28 61 673
Orari segreterie: come da orari di apertura dell'impianto
www.velanuotoancona.it • segreteria@velanuotoancona.it
Vela Nuoto Ancona **Vela Nuoto Ancona**

wep Water Exercise Program

Per tutte le info visionare pag 7 del libretto.
www.cogepiancona.it • info@fisiowep.it
Piscine Cogepi Ancona

REV settembre 2/2026