

# SQUADRE



	PROPAGANDA NUOTO	PROPAGANDA SALVAMENTO	PROPAGANDA PALLANUOTO	PROPAGANDA NUOTO ARTISTICO	MASTER
LUN	17:15-18:15 (≤ 2016 maschi e ≤ 2017 femmine)	19:00-20:00			21:00-22:30
MAR	18:30-19:30 (> 2017)		18:30-19:30		21:00-22:30
MER	17:15-18:15 (≤ 2016 maschi e ≤ 2017 femmine)			20:00-21:30 (seniores)	
GIO		18:30-19:30			21:00-22:30
VEN	17:15-18:15 (> 2017)		18:30-19:30	18:30-19:30 (avviamento) 20:15-21:45 (seniores)	
SAB		10:00-11:00			7:00-8:30

ATT.	CAT.	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
NUOTO	AGONISTICA	15:00-17:00	15:00-17:00	15:00-17:00	15:00-17:00	15:00-17:00	17:00-19:00
	ESORDIENTI A	17:15-19:00	17:15-19:00	17:15-19:00	17:15-19:00	17:15-19:00	
	ESORDIENTI B	17:15-18:30		17:15-18:30	17:15-18:30	17:15-18:30	

## Piscina Comunale Segrate

Via Roma, 37 • Tel: 02 21872090

segrate@insportsrl.it

www.insportsrl.it/segrate

Facebook: In Sport Segrate

Instagram: @insport\_ssd

STAMPATO SU CARTA PROVENIENTE DA FORESTE A GESTIONE RESPONSABILE.



allenati a star bene

In Sport Srl SOCIETÀ SPORTIVA DILETTANTISTICA

# FORMAZIONE E SICUREZZA

SE SAI NUOTARE PUOI SALVARE LA TUA VITA E, A CERTE CONDIZIONI, ANCHE QUELLA DEGLI ALTRI.

La nostra Scuola Nuoto, riconosciuta dalla FIN e con formatori interni abilitati FIN, organizza i corsi per il rilascio del Brevetto di:

- ASSISTENTE BAGNANTI: attestato professionale riconosciuto a livello lavorativo che può essere conseguito da ragazzi e adulti. Seguendo il percorso didattico della Scuola Nuoto si possono conseguire gli attestati intermedi per arrivare al brevetto A.B.
- ISTRUTTORE NUOTO: attestato professionale riconosciuto a livello lavorativo.
- BLSD, OPERATORE LAICO RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE di BASE e DEFIBRILLAZIONE PRECOCE
- PRIMO SOCCORSO AZIENDALE ai sensi dell'ART 6.3 D.M. n. 388/2003 in attuazione del art. 45 del D. Lgs 81/2008 - ex 626/94.

## AGONISTICA

2024  
NUOVO PARTNER UFFICIALE  
NIKE/AKRON



distributed by



GTZ DISTRIBUTION

akron

## ENTRA A FAR PARTE DELLA SQUADRA!

Un grande movimento, tante attività sportive per altrettante sfide. Allenati con costanza e dedizione, affronta la gara, dai il meglio di te ed accetta il risultato sportivamente. Con i tuoi compagni di squadra e un preparato staff tecnico crescerai come atleta e soprattutto come persona. Informati presso i nostri centri sportivi e/o on line.



Di grande orgoglio è il progetto "In Sport Rane Rosse" con risultati notevoli a livello nazionale ed internazionale, che ha visto alcuni Atleti partecipare ai Giochi Olimpici di Tokio 2020, ai Mondiali di nuoto di Budapest e agli Europei di nuoto di Roma nel 2022.



SQUADRA  
AGONISTICA  
SALVAMENTO

SQUADRA AGONISTICA  
NUOTO ARTISTICO

SQUADRA  
AGONISTICA  
NUOTO

Rimani sempre aggiornato, seguici sui canali social:



"Atleti In Sport" - "In Sport Rane Rosse" - "Dynamic Sport"



"Insportranerosse"