

# LISTINO PREZZI

## NORDIC WALKING VIVERBENE



Il seguente listino prezzi é pubblicato da **Viverbene SA (Nordic Sports)** Via Sonvico 8 (entrata B) - CH-6952 Canobbio/Lugano - tel. +41 (0)91 940 28 32 - cell. +41 (0)78 796 06 17 - info@viverbene.swiss - www.viverbene.swiss  
**Responsabile delle attività:** Sandro Taddei - s.taddei@viverbene.ch (agg. 13.12.24)



TIPO DI ATTIVITÀ	DESCRIZIONE	PREZZO	SPECIFICA
<b>CORSI DI BASE SU APPUNTAMENTO :</b>  Nordic Walking Metodo ALFA  - individuali - max. 2 persone	- <b>Pacchetto "STANDARD" :</b> 3 lezioni da 60 minuti sul terreno + Tessera socio + noleggio bastoni	CHF 360.00	a persona
	<b>OFFERTA PROMOZIONALE PER IL 2024</b>		
	* <b>Pacchetto "BASE" :</b> Una "lezione d'introduzione" ca. 60/90 min. - in gruppo o individuale + 1a lezione all'esterno, sul terreno 1 x 90 minuti	<b>GRATUITA</b> <b>CHF 120.00</b>	in sala dedicata a persona
	- con aggiunta " <b>PLUS</b> " : + 2a e 3a lezione sul terreno 2 x 60 minuti	<b>CHF 200.00</b>	a persona
	* <b>Pacchetto "COMPLETO" :</b> Una "lezione d'introduzione" ca. 60/90 min. - in gruppo o individuale + 3 lezioni all'esterno, sul terreno 1 x 90 minuti + 2 x 60 minuti	<b>GRATUITA</b> <b>CHF 300.00</b>	in sala dedicata a persona
	- eventuale <b>2a persona</b> supplemento	<b>CHF 40.00</b>	a lezione
	- noleggio di <b>bastoni</b> ( per le lezioni )	<b>compreso nei pacchetti</b>	
	- tessera di <b>socio</b>	<b>1° anno GRATUITO</b>	
<b>LEZIONI PRIVATE :</b> - di perfezionamento - individuali - piccoli gruppi	- lezione singola - individuale da 60 minuti, incluso noleggio bastoni	CHF 80.00	a lezione
	- per piccoli gruppi - max 4 persone supplemento	CHF 40.00	a pers./ a lezione
	- tessera di socio:	1° anno GRATUITO	
<b>INCONTRI SETTIMANALI</b> Gruppi :  - "POMERIGGIO" - "MATTINO" - "SERA" - "SOFT"	- incontro singolo	CHF 14.00	a incontro
	- pacchetto 5 incontri settimanali ( scadenza 10 mesi )	CHF 65.00	a pacchetto
	- pacchetto 10 incontri settimanali ( scadenza 10 mesi )	CHF 120.00	a pacchetto
	- tessera di socio ( unatum annuo - da aggiungere alla quota dell'attività )	CHF 15.00	validità 1 anno
	- eventuale noleggio bastoni	CHF 5.00	a incontro
<b>INCONTRI TRAINING RITMICO</b> Gruppo :  - "FIT RITMICO" - a ritmo di musica	- incontro singolo	CHF 19.00	a incontro
	- pacchetto 5 incontri training ( scadenza 6 mesi )	CHF 85.00	a pacchetto
	- pacchetto 10 incontri training ( scadenza 6 mesi )	CHF 160.00	a pacchetto
	- tessera di socio ( unatum annuo - da aggiungere alla quota dell'attività )	CHF 15.00	validità 1 anno
	- eventuale noleggio bastoni normali o "speciali POWER"	CHF 5.00	a incontro
<b>EVENTI DI NORDIC WALKING:</b> - nei fine settimana - in notturna...luna piena	- tessera di socio ( unatum annuo - da aggiungere alla quota dell'attività )	CHF 15.00	validità 1 anno
	I prezzi delle proposte EVENTI NORDIC WALKING, sono indicati nelle brochure dettagliate delle singole proposte pubblicate in EVENTI sul sito internet www.viverbene.swiss		
<b>TEST CARDIO-POLMONARE E DI COMPOSIZIONE CORPOREA :</b>  - c/o ViverbeneCardio - viverbenecardio.ch - su appuntamento	Per i Test di valutazione preventiva, Viverbene Nordic Sports collabora con ViverbeneCardio ( Ambulatorio di cardiologia preventiva e riabilitativa con sede in Viverbene centro della salute )		
	- test di Conconi con prelievo di acido lattico	CHF 150.00	esame completo
	- analisi della composizione corporea - plicometria	CHF 50.00	a esame
	- disponibili anche visite Cardiologiche ( ECG sotto sforzo + ECO al cuore ) - dettagli su richiesta		
<b>NB Sconto del 20% a utenti con "TESSERA DI SOCIO" Viverbene Nordic Sports</b>			

### RIMBORSI DALLE CASSE MALATI :

**Nordic Walking:** la Cassa Malati Complementare può coprire una parte del costo, secondo la polizza individuale. Il Monitore responsabile di Viverbene Nordic Sports é riconosciuto da QualiCert tramite AllezHop, pertanto i partecipanti alle attività di Nordic Walking hanno la possibilità di richiedere annualmente (a fine anno) un conteggio delle spese sostenute che potranno poi inoltrare alla Cassa Malati per il relativo rimborso.  
**Esame Cardiopolmonare:** è riconosciuto dalla LAMal se prescritto dal medico, altrimenti eventualmente con la Cassa Malati Complementare. Invitiamo gli interessati ad annunciarsi e nel contempo informarsi direttamente presso le loro assicurazioni malattia per verificare il tipo di copertura.