

LISTINO PREZZI

stagione 2023 - 2024

viverbene.swiss
nordic sports

SCI DI FONDO 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. 10.11.2023)



TIPO DI ATTIVITÀ	DESCRIZIONE	PREZZO	SPECIFICA
CORSI: "PACCHETTI A CICLI" DI 4 LEZIONI SU 2 GIORNI - principianti e avanzati - 2 mercoledì consecutivi dalle 8.00 alle ca.16.45 - in gruppo (max 6 pers.) - a San Bernardino oppure a Splügen - partenza da Lugano	NB il prezzo esposto dei pacchetti a cicli di 4 lezioni include: . 2 trasferimenti a San Bernardino con pulmino dedicato (andata e ritorno, con partenza da Lugano) . 2 "bevande - colazione di ambientamento" . 4 lezioni di gruppo da 75 min. (incluso riscaldamento) . 2 pranzi di gruppo organizzati, a San Bernardino	CHF 430.00 CHF 460.00	prezzo a persona: - se tesserato - se non tesserato
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni tecnica "classica"	CHF 15.00	a giornata/persona
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni tecnica "skating"	CHF 22.00	a giornata/persona
	LEZIONI PRIVATE: - principianti e avanzati - di sabato e domenica (venerdì su richiesta) - tutta la settimana di Natale e di Carnevale - individuali o piccoli gruppi (max. 4 pers.) - a San Bernardino oppure a Splügen - ritrovo direttamente sul posto		
	- tariffa giornaliera per le piste da sci di fondo	CHF 10.00	giornaliera
	- lezione da 60 minuti (1 persona)	CHF 85.00	a lezione
	- lezione da 90 minuti (1 persona)	CHF 125.00	a lezione
	- lezione da 120 minuti (1 persona)	CHF 170.00	a lezione
	- pacchetto di 3 lezioni individuali da 90 min. incluso "tessera di socio" viverbene nordic sports (per 1 anno)	CHF 330.00	complessivo
	- per lezioni di gruppo fino max. 4 persone, supplemento +	CHF 20.00	a ora/lezione/pers.
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni tecnica "classica"	CHF 15.00	a lezione/persona
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni tecnica "skating"	CHF 22.00	a lezione/persona
	NB i prezzi esposti sono intesi per lezioni da svolgere di sabato e domenica (venerdì su richiesta) a San Bernardino o Splügen; per lezioni più personalizzate, prezzi e ritrovi saranno da concordare.		
EVENTI DI SCI DI FONDO : - nei week end - "Camp" di 2 o 3 giorni - in notturna...luna piena - test di attrezzature	I prezzi delle proposte EVENTI SCI DI FONDO, sono indicati nelle brochure di presentazione delle singole proposte che vengono pubblicate nella rubrica SCI DI FONDO-EVENTI sul sito internet www.viverbene.swiss		
TEST CARDIOPOLMONARE E DI COMPOSIZIONE CORPOREA : - presso ViverbeneCardio www.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)		
	- esame cardiologico sotto sforzo (cicloergometro o treadmill)	CHF 300.00	esame completo
	- test di Conconi con prelievo di acido lattico	CHF 150.00	esame completo
	- test di capacità aerobica (per sportivi avanzati)	CHF 300.00	esame completo
	- analisi della composizione corporea - plicometria	CHF 50.00	esame completo
	- analisi alimentare e counseling nutrizionale (1 seduta)	CHF 100.00	esame completo
NB Sconto del 20% a utenti con "TESSERA DI SOCIO" Viverbene Nordic Sports			

RIMBORSI DALLE CASSE MALATI:

L'esame **Cardiopulmonare** 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.