

LISTINO PREZZI

stagione 2022 - 2023

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. 22.11.2022)



TIPO DI ATTIVITÀ	DESCRIZIONE	PREZZO	SPECIFICA
CORSI: "PACCHETTI A CICLI DI 4 LEZIONI - principianti e avanzati - il mercoledì dalle 8.00 alle ca.16.45 - in gruppo - a San Bernardino o 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 390.00	prezzo per pacchetto completo, a persona
	- tessera di socio "viverbene nordic sports" (a persona)	CHF 15.00	validità 1 anno
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni "classica"	CHF 15.00	a lezione
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni "skating"	CHF 22.00	a lezione
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 persone - a San Bernardino o 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 75.00	a lezione
	- lezione da 90 minuti (1 persona)	CHF 110.00	a lezione
	- lezione da 120 minuti (1 persona)	CHF 150.00	a lezione
	- lezione 60-90-120 min. (gruppo fino a 4 persone) suppl. +	CHF 20.00	a ora / a persona
	- tessera di socio "viverbene nordic sports" (a persona)	CHF 15.00	validità 1 anno
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni "classica"	CHF 15.00	a lezione/persona
	- eventuale noleggio sci, scarpe e bastoni "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 - altre proposte	- tessera di socio "viverbene nordic sports" (a persona)	CHF 15.00	validità 1 anno
	I prezzi delle proposte EVENTI, sono indicati nelle brochure di presentazione delle singole proposte che vengono pubblicate nella rubrica 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% se con "TESSERA DI SOCIO" delle attività Nordic Walking e Sci di Fondo			

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.