

ORARI 2026 - 27 EMPOLI



CORSI DI NUOTO E NUOTO LIBERO

✉ info@aquatempra.it

☎ 0571.590464

📘 @aquatempra

🌐 www.aquatempra.it

☎ 333 9367 267

📷 @aquatempra

Nuoto Libero



Vasca Grande

Lun 7:00-14:30

Mar 7:00-14:30
19:15-21:30

Mer 7:00-14:30

Gio 7:00-14:30
19:15-21:30

Ven 7:00-14:30

Sab 9:00-15:00

Dom 9:00-12:45

Vasca Piccola

Lun 10:30-13:15

Mar 9:00-14:00

Mer 7:00-9:00
9:45-13:15

Gio 10:30-13:15

Ven 10:30-14:30

Sab 12:45-15:00

Dom 9:00-12:45

Corsi di Nuoto

Vasca Multifunzionale

Corso Baby

30 minuti

		10:15 18-29 mesi			9:00 18-29 mesi	
		10:45 4-17 mesi			9:30 18-29 mesi	
		15:00 18-29 mesi			10:00 10-17 mesi	
		15:30 10-17 mesi			10:30 0-3 mesi	9:00 18-29 mesi
		16:00 0-3 mesi			11:00 4-10 mesi	9:30 10-17 mesi
		16:30 4-10 mesi			15:00 18-29 mesi	10:00 4-10 mesi
					15:30 10-17 mesi	
					16:00 0-3 mesi	
					16:30 4-10 mesi	

Corso Cucciolissimi

30 minuti

16:45 17:30	16:45 17:30	17:00 17:45	16:45 17:30	16:45 17:30	11:30 17:00 17:45	
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	-------------------------	--

ORARI 2026 - 27 EMPOLI



CORSI DI NUOTO E NUOTO LIBERO

 info@aquatempra.it

 0571.590464

 @aquatempra

 www.aquatempra.it

 333 9367 267

 @aquatempra

Corsi di Nuoto Vasche Grande e Piccola



	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
Corso Cuccioli 45 minuti	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	10:30 17:15	10:30 11:15
Corso Ragazzi 45 minuti	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	17:00 17:45 18:30	11:15 16:30 18:00	
Teens Ragazzi 14-18 anni 60 minuti	18:15		18:30 Livello avanzato	18:15	18:30 Livello avanzato		
Corso Adulti 45 minuti	9:00 12:45 13:30 19:15 20:00	7:00	19:15 20:00 20:45	9:00 12:45 13:30	7:00 19:15 20:00 20:45		
Corso di Perfezionamento 60 minuti	19:15		19:30		19:30		

ORARI 2026 - 27 EMPOLI



CORSI BENESSERE E AQUAFITNESS

✉ info@aquatempra.it

☎ 0571.590464

📘 @aquatempra

🌐 www.aquatempra.it

☎ 333 9367 267

📷 @aquatempra

Corsi di Aquafitness

Lun

Mar

Mer

Gio

Ven

Sab

Dom

Cardio Beat

Aerobico - Cardio
45 min

13:15 VP
19:15 VP

9:00 VG
19:15 VP
20:45 VG

13:15 VP
19:15 VP

19:15 VP

9:00 VP
13:15 VG
19:15 VP

Power

Forza Alta intensità
45 min

7:00 VG
20:45 VP

13:15 VG

9:00 VP
20:45 VG

13:15 VP

9:45 VP

Aquabike & Circuit

Metabolismo e rinforzo
45 min

9:00
14:00 C
20:00

14:00
20:00 C

20:00 C

9:00 C
14:00 C
20:45

20:00

9:00 C
9:45

Aquatreadmill

Camminata metabolica
45 min

7:00
14:00

20:00

7:00
14:00

10:30

ORARI 2026 EMPOLI

CORSI BENESSERE E AQUAFITNESS



 info@aquatempra.it  0571.590464  @aquatempra
 www.aquatempra.it  333 9367 267  @aquatempra

Corsi Benessere

Lun

Mar

Mer

Gio

Ven

Sab

Dom

Aquapilates

Vasca multifunzionale
60 min

18:30
19:30
20:30

7:00
13:15
18:30
19:30

18:30
19:30

7:00
18:30
19:30
20:30

13:15
18:30
19:30

Gestanti

45 min

11:15

11:15

Antalgica

45 min

10:30
13:15
19:15

8:15
12:30
19:15

7:45

10:30
13:15
19:15

8:00
12:30

Posturale

Vasca multifunzionale
45 min

9:45
14:45

8:15

9:45
14:45

A.F.A

45 min

7:30
8:15
9:45
9:45 VG
14:45

7:30
8:15
9:45 VG
10:30 VG
14:45
15:30

7:30
8:15
9:45
9:45 VG
14:45

7:30
8:15
9:45 VG
10:30 VG
14:45
15:30

Fibromialgia

Vasca multifunzionale
45 min

9:00
14:00
15:30

14:15

9:00
14:00
15:30

14:15

TARIFFE 2026 EMPOLI



info@aquatemptra.it



0571.590464



@aquatemptra



www.aquatemptra.it



333 9367 267



@aquatemptra

Nuoto libero

Ingressi giornalieri

Adulti	8.50€
Da 6 a 13 anni e over 65	7.5€
Carta giovani	6.5€
Disabili	2.4€

Residenti nel comune di Empoli

Adulti	7€
Da 6 a 13 anni e over 65	5.5€

Abbonamenti

8 ingressi - validità 3 mesi
16 ingressi - validità 4 mesi

Stagionale (validità fino al 31/05)	490€
Intero 8 ingressi	60€
Intero 16 ingressi	112€
Da 6 a 13 anni e over 65 - 8 ingressi	50€
Da 6 a 13 anni e over 65 - 16 ingressi	98€
Carta giovani 8 ingressi	42.5€
Carta giovani 16 ingressi	78€

Residenti nel comune di Empoli

Stagionale (validità fino al 31/05)	375€
Intero 8 ingressi	48€
Intero 16 ingressi	86€
Da 6 a 13 anni e over 65 - 8 ingressi	37.5€
Da 6 a 13 anni e over 65 - 16 ingressi	69€

Corsi di nuoto

Corso baby (0-30 mesi)

8 lezioni	84€ - Residenti 64€
-----------	---------------------

Corso cucciolissimi (30 mesi - 3 anni)

16 lezioni	168€ - Residenti 128€
------------	-----------------------

Corso cuccioli (4-5 anni)

16 lezioni	168€ - Residenti 128€
------------	-----------------------

Corso ragazzi, teens e avviamento

16 lezioni	112€ - Residenti 88€
------------	----------------------

Corso adulti

16 lezioni	128€ - Residenti 96€
16 lezioni (corso di perfezionamento)	136€ - Residenti 104€

Lezioni individuali

Minimo 4 lezioni

Lezione di nuoto - 1 partecipante	30€ a lez.
Lezione di nuoto - 2 partecipanti	50€ a lez.
Lezione di nuoto - 3 partecipanti	60€ a lez.
Lezione di nuoto - persone con disabilità	19€ a lez.

Obbligo di certificato non agonistico per corsi dai 6 anni e abbonamenti nuoto libero

Iscrizione annuale per i corsi di 30€

Iscrizione annuale per progetto A.F.A 10€

Acquisto tessera magnetica 5€

L'uso della cuffia è obbligatorio

Corsi di fitness

Aquafitness

16 lezioni	136€ - Residenti 104€
1 lezione	16€ - Residenti 12€

Aquabike

16 lezioni	144€ - Residenti 112€
1 lezione	16€ - Residenti 12€

Corsi benessere

Antalgica Posturale

8 lezioni	84€ - Residenti 68€
1 lezione	16€ - Residenti 12€

Gestanti Aquapilates

8 lezioni	84€ - Residenti 68€
1 lezione	16€ - Residenti 12€

A.F.A

Mensile	30€
Fibromialgia - mensile	35€

Nemo - attività speciali

4 lezioni	45€
-----------	-----