

1000 mq di Piscine Termali Interne con temperature fino a 35°C

Grande quadrifoglio, Piscina tecnica natatoria 25 metri, Vasca bambini, Vasca con lettini effervescenti e Vasca con sedute idromassaggio riservate agli Over 12, Area relax con lettini.

Piscina Esterna con acqua termale a temperatura ambiente attrezzata con lettini ed ombrelloni per la stagione estiva, Vasca adulti, Vasca bambini con ingresso a spiaggia.



225 mq Sauna Thermarium

Docce emozionali, Bagno turco mediterraneo, Bagno turco calidarium, Sauna finlandese, Idromassaggio con lettini effervescenti, Percorso Kneipp, Area relax con lettini in teak e angolo tisane per reidratare il corpo e coccolare il palato. Sala relax con letti con materasso ad acqua.



520 mq Area Fitness

Sala attrezzata con apparecchiature Technogym
Sala pesi
Area attrezzata per esercizi a corpo libero



Sale Corsi con **Sebastiano Vanzo**
BASE training lab
www.basetraininglab.com



Wine & Thermal Water Lab

I vini icona del nostro straordinario territorio e l'acqua termale si uniscono per donare benessere a viso, corpo e mente. Prodotti cosmetici e dermatologici di alta qualità, unici e preziosi.
villaquarantashop.com



🕒 Orari

dal 11.09.2023 al 31.05.2024

	dal Lunedì al Venerdì feriali	Sabato, Domenica, Ponti e Festività*
PISCINE TERMALI INTERNE	09:00 - 16:30 18:00 - 21:00	10:00 - 19:30 su prenotazione
SAUNA THERMARIUM	15:30 - 20:30 su prenotazione	10:30 - 19:30 su prenotazione
ESTETICA	su prenotazione	
SALA FITNESS	07:30 - 21:00	07:30 - 19:30
SEGRETERIA	09:00 - 21:00	10:00 - 20:00

Terme della Valpolicella è chiusa nelle giornate:
25.12.2023 | 31.12.2023 | 01.01.2024 | 31.03.2024

* Nelle seguenti date tariffe ed orari seguono le indicazioni riportate sotto la voce
Sabato, Domenica, Ponti e Festività:

01.11. 2023

Dal 08.12.2023 al 10.12.2023

Dal 23.12.2023 al 07.01.2024

Dal 28.03.2024 al 02.04.2024

Dal 25.04.2024 al 28.04.2024

01.05.2024

N.B.: Terme della Valpolicella si riserva la facoltà di aggiornare anche senza preavviso il calendario sopra indicato.



Scansiona il QR CODE
per prendere visione
del **REGOLAMENTO**
di Terme della Valpolicella

TERME DELLA
VALPOLICELLA
VILLA QUARANTA
VERONA

Corsi

- nuoto
- acquafitness
- maternity care

listino dal 11.09.2023 al 31.05.2024



TERME DELLA VALPOLICELLA

c/o Villa Quaranta Tommasi Wine Hotel & SPA

Via Ospedaletto 57 - 37026 Ospedaletto di Pescantina - Verona

T. +39 045 6767456 - terme@villaquaranta.com

termedellavalpolicella.it

CORSI NUOTO

1 lezione a settimana

Iscrizione annuale obbligatoria:

€ 20 e braccialetto con cauzione € 10

	ETA'	N° PARTECIPANTI	DURATA LEZIONE	N° LEZIONI	€
NEONATALE	dai 3 mesi ai 3 anni	presenza di 1 genitore in vasca	30 minuti	9	€ 165
				8	€ 150
				7	€ 130
ACQUATICITÀ	dai 3 ai 5 anni	max 6	40 minuti	9	€ 175
				8	€ 160
				7	€ 140
SCUOLA NUOTO	dai 5 anni in su	max 7	40 minuti	9	€ 175
				8	€ 160
				7	€ 140
MASTER RAGAZZI	dai 12 ai 17 anni	max 7	60 minuti	9	€ 135
				8	€ 120
				7	€ 105
MASTER ADULTI	dai 18 anni in su	8 lezioni entro 3 mesi 1 volta a settimana		€ 120	
	max 7 60 minuti	16 lezioni entro 3 mesi 2 volte a settimana		€ 200	
PERSONAL NUOTO	tutte le età	2 lezioni	1 allievo	€ 80	
	da 1 a 3 parte- cipanti	4 lezioni	1 allievo 2 allievi 3 allievi	€ 160 € 110 € 95	
	45 minuti	8 lezioni	1 allievo 2 allievi 3 allievi	€ 300 € 215 € 180	
SCONTO FRATELLI	dal secondo fratello				-10%
SCONTO ANNUALE	Se hai acquistato i primi 3 turni a prezzo di listino, il IV° turno sarà scontato del 25%*. * Le eventuali lezioni perse scalate, non danno diritto a tale scontistica. Scontistica non cumulabile.				

L' ISCRIZIONE è da intendersi confermata solo a PAGAMENTO EFFETTUATO

SOSPENSIONI CORSI

01.11.2023
DAL 08.12.2023 AL 10.12.2023
DAL 24.12.2023 AL 07.01.2024
DAL 12.02.2024 AL 14.02.2024
DAL 28.03.2024 AL 02.04.2024
DAL 25.04.2024 AL 28.04.2024
01.05.2024

ISCRIZIONI

aperte a partire dal 12.08.2023
dal Lunedì al Venerdì
dalle ore 12 alle ore 16
T. +39 045 6767456 oppure
acqua@villaquaranta.com

PIANIFICAZIONE CORSI NUOTO

Scegli il turno, il giorno con le relative lezioni, contatta i nostri istruttori e fissa l'orario del corso

	I° TURNO	II° TURNO	III° TURNO	IV° TURNO
INIZIO CORSO	18.09.2023	20.11.2023	29.01.2024	03.04.2024
FINE CORSO	18.11.2023	27.01.2024	27.03.2024	01.06.2024
LUNEDÌ	CORSO DI 9 LEZIONI	CORSO DI 8 LEZIONI esclusi 25.12.2023 01.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 12.02.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 01.04.2024
MARTEDÌ	CORSO DI 9 LEZIONI	CORSO DI 8 LEZIONI esclusi 26.12.2023 02.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 13.02.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 02.04.2024
MERCOLEDÌ	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 01.11.2023	CORSO DI 8 LEZIONI esclusi 27.12.2023 03.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 14.02.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 01.05.2024
GIOVEDÌ	CORSO DI 9 LEZIONI	CORSO DI 8 LEZIONI esclusi 28.12.2023 04.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 28.03.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 25.04.2024
VENERDÌ	CORSO DI 9 LEZIONI	CORSO DI 7 LEZIONI esclusi 08.12.2023 29.12.2023 05.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 29.03.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 26.04.2024
SABATO	CORSO DI 9 LEZIONI	CORSO DI 7 LEZIONI esclusi 09.12.2023 30.12.2023 06.01.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 30.03.2024	CORSO DI 8 LEZIONI escluso 27.04.2024

FASCE ORARIE DEI CORSI

- dal Lunedì al Venerdì: dalle 16:00 alle 18:00
- Sabato: dalle 8:30 alle 10:00
- Master ragazzi dalle 18:00 alle 19:00 e dalle 18:30 alle 19:30
- Master adulti dalle 12:30 alle 13:30 e dalle 19:30 alle 20:30

CORSI ESTIVI

ISCRIZIONI APERTE DAL 02.05.2024 - INIZIO CORSI DAL 03.06.2024
(Listino in uscita Primavera 2024)

CORSI AQUAFITNESS
IN ACQUA TERMALE SALSOBROMOIODICA

1 lezione € 16 - 6 lezioni € 85 - 12 lezioni € 155

Iscrizione annuale obbligatoria: € 20 e braccialetto con cauzione € 10

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
10:15 - 11:00	ACQUA GYM			ACQUA GYM
13:00 - 13:45	ACQUA BIKE	ACQUA TREKKING	ACQUA FUNCTIONAL	ACQUA BIKE
20:00 - 20:45	ACQUA BIKE			ACQUA FUNCTIONAL
20:15 - 21:00		ACQUA FUNCTIONAL	ACQUA TREKKING	

CORSI MATERNITY CARE

Iscrizione annuale obbligatoria: € 20 e braccialetto con cauzione € 10
Per maggiori info visita il sito termedellavalpolicella.it

MAMY STO ARRIVANDO

Corso tenuto dalla Dottoressa Ostetrica Maddalena Bressan

10* incontri + 2 incontri di gruppo attivo extra in omaggio € 160,00 a persona
5* incontri acquistabile dalla 33ª settimana € 85,00 a persona

Corso aperto di 10 incontri senza vincolo di inizio con esercizi in acqua settimanali e incontri di gruppo attivo ogni due settimane (ogni singola attività equivale ad un incontro scalato). Assistenza telefonica pre e post natale e pesata del neonato fino al 3° mese gratuite. 1 Percorso Kneipp in omaggio (30 min ca. su prenotazione dal lunedì al venerdì) e 30% sconto ingresso feriale Piscina Termale a fascia oraria per futuri mamma e papà.

LUNEDÌ: 18:45 – 19:30 esercizi in acqua
MERCOLEDÌ: 10:00 – 11:00 gruppo attivo (ogni due settimane)
11:15 – 12:00 esercizi in acqua

- * Le lezioni non utilizzate è possibile recuperarle entro 4 mesi dopo il parto in :
- Ingressi feriali Piscine Termali
 - Attività in acqua post parto da effettuare entro 2 mesi dall'inizio recupero (su prenotazione).

MAMY SHIRÒ DAL 4° MESE € 70,00 - 50 min ca.

Massaggio emozionale dalle manualità avvolgenti e drenanti su un cuscino ad acqua calda con cromoterapia per ridurre la pesantezza ed il gonfiore delle gambe.

PAPY DAY 1 incontro emozionante € 30,00 a coppia

SABATO ORE 15:00** un'esperienza unica, con l'Ostetrica Raffaella Tommasi, dove i papà saranno protagonisti con le loro emozioni. PAPÀ per tuo figlio sarai il suo primo eroe, per tua figlia sarai il suo primo amore.

ESPERIENZA DI COPPIA IN ACQUA

attività di coppia in acqua termale con rilassamento, giochi, prese e movimenti creati per sviluppare un contatto e un legame più profondi tra i partner e il proprio bambino e per migliorare la reciproca fiducia.
1 MARTEDÌ AL MESE DALLE 19:30 ALLE 20:15 **

€ 27,00 a coppia - 45 min ca.
€ 24,00 per gli iscritti al corso MAMY STO ARRIVANDO

** vedi le date sul sito termedellavalpolicella.it



Tutte le lezioni di Acquafitness e Maternity necessitano di prenotazione:
T. +39 045 6767456 | terme@villaquaranta.com
oppure da applicazione "MyAppy-User" con login rilasciato dal Desk Terme