

Corsi estivi di nuoto al Tc New Country Clubaa



Un'iniziativa che il Tc New Country Club Frascati sta portando avanti da diversi anni e che ha sempre ottenuto delle buone risposte in termini di gradimento. Anche quest'anno i corsi estivi di nuoto, in particolari quelli per i più piccoli, stanno avendo un ottimo successo come conferma il direttore della piscina Elia Laurenti. «I corsi riguardano i bambini da 4 anni in su, ma ovviamente ci sono anche corsi estivi per adulti nelle fasce orarie del tardo pomeriggio. Per quanto riguarda i corsi di baby nuoto e scuola nuoto, si tengono dalle ore 16,30 alle 17,30 o dalle 17,30 alle 18,30 nelle "coppie" di giorni lunedì-giovedì oppure martedì-venerdì. Anche quest'anno abbiamo tirato fuori dei gruppetti abbastanza numerosi e gli allenamenti andranno avanti per tutto il mese di luglio, poi ci sarà una naturale pausa ad agosto per ripartire con grande carica a settembre». I corsi sono apprezzati sia dai ragazzini (e dai loro genitori) già iscritti nella stagione autunnale e invernale al Tc New Country Club Frascati, sia anche da coloro che scelgono di mandare i propri figli a fare nuoto per la prima volta (o quasi). «Ci sono entrambi i profili – conferma Laurenti – Chi ha già trascorso la stagione nel nostro circolo chiede di continuare per non "far perdere totalmente il ritmo" ai ragazzi, mentre altri che hanno scelto per i figli discipline diverse cercano di far praticare loro uno degli sport più completi, anche se solo per un certo periodo». I benefici sono comunque importanti, anche se si parla di due mesi di corsi. «Il nuoto è uno sport che interessa praticamente tutti i distretti muscolari e offre uno sviluppo psicomotorio completo – rimarca Laurenti – Ai più piccoli e in generale ai bambini alle prime armi, oltre agli esercizi di respirazione, proponiamo il perfezionamento del dorso e insegniamo lo stile rana che dà un notevole beneficio dal punto di vista della coordinazione ed è l'unico che non richiede l'impostazione del piede in estensione, ma a martello. Il tutto in un ambiente decisamente affascinante come quello di una piscina scoperta come è tradizione per il Tc New Country Club Frascati nel periodo estivo».

[Read More](#)