



I CORSI DELLA STAGIONE 2023/2024

Per maggiori informazioni contattare la segreteria.

Martedì e Giovedì dalle 09.00 alle 12.00

via Santa Marta 38, 20056 Trezzo sull'Adda

tel/Fax + 39 02.90.92.91.55 mob: + 39 36.65.89.31.88

CORSI BASE dal 18 Settembre 2023

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

Basiano

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Scuola Primaria 1° Grado via Alcide de Gasperi (Via Roma)	Venerdì	Prescolare 4-6 anni	17:00 / 18:00
	Martedì	Ginnastica Artistica	17:00 / 18:00
	Giovedì	Ginnastica Artistica	17:00 / 18:00

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Giovedì	Prescolare 4-6 anni	16:30 / 17:30
	Mercoledì	Ginnastica Artistica Secondaria	17:00 / 19:00
Tensostruttura via Grignano s.n.c.	Mercoledì	Ginnastica Artistica Primaria	17:00 / 19:00
	Venerdì	Ginnastica Artistica Secondaria	16:30 / 18:30

Carvico

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Palazzetto dello sport Via Aldo Moro	Mercoledì	Prescolare + 1ª primaria	16:45 / 17:45
	Martedì	Ginnastica Artistica 2ª - 4ª + Primaria	16:30 / 18:00
	Mercoledì	Ginnastica Artistica dalla 5ª e +	17:30 / 19:30

Pozzo d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 1	Mercoledì	Prescolare	16:30 / 17:30
	Lunedì	Ginnastica Artistica	17:00 / 18:00
	Mercoledì	Ginnastica Artistica	17:30 / 18:30

Trezzo sull'Adda **ATTENZIONE** da Ottobre i corsi saranno anticipati di 30 minuti

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Palestra Scuola Primaria Via Mazzini 2	Mercoledì	Prescolare 4-6 anni	17:30 / 18:30
	Mercoledì	Ginnastica Artistica	18:30 / 20:00
	Venerdì	Ginnastica Artistica	17:30 / 18:30

Vaprio d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Palestrina	Lunedì	Prescolare 4-6 anni	16:30 / 17:30
	Lunedì	Ginnastica Artistica	17:30 / 18:30
	Venerdì	Ginnastica Artistica	16:30 / 18:00

Villa d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Riservato Istituto Sacro Cuore via Peschiera 4	Giovedì	Psicomotricità	16:00 / 17:00
	Giovedì	Ginnastica Artistica	16:00 / 17:30

CORSO BASE GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

Tensostruttura Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Tensostruttura via Grignano s.n.c.</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Prescolare 4-6 anni</i>	<i>17:30 / 18:30</i>
	<i>Mercoledì</i>	<i>Ginnastica Artistica Maschile</i>	<i>17:30 / 19:30</i>
	<i>Venerdì</i>	<i>Ginnastica Artistica Maschile</i>	<i>17:30 / 19:30</i>

CORSI BASE GINNASTICA RITMICA

Trezzo sull'Adda (Concesa)

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2</i>	<i>Lunedì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:15 / 19:15</i>
	<i>Mercoledì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:15 / 19:15</i>

Vaprio d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</i>	<i>Martedì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:00 / 19:00</i>
	<i>Giovedì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:00 / 19:00</i>

Pozzo d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2</i>	<i>Lunedì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:00 / 19:00</i>
	<i>Mercoledì</i>	<i>Ginnastica Ritmica</i>	<i>17:00 / 19:00</i>

CORSI BASE GINNASTICA AEROBICA

Vaprio d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</i>	<i>Lunedì</i>	<i>Ginnastica Aerobica</i>	<i>17:00 / 18:00</i>
	<i>Venerdì</i>	<i>Ginnastica Aerobica</i>	<i>17:00 / 18:00</i>

CORSO BASE GINNASTICA ACROBATICA

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Tensostruttura via Grignano s.n.c.</i>	<i>Lunedì</i>	<i>Ginnastica Acrobatica</i>	<i>16:30 / 18:30</i>
<i>Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28</i>	<i>mercoledì</i>	<i>Ginnastica Acrobatica</i>	<i>17:00 / 19:00</i>

CORSO BASE TRAMPOLINO ELASTICO ()

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Tensostruttura via Grignano s.n.c.</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Trampolino Elastico</i>	<i>17:30 / 19:30</i>
	<i>Venerdì</i>	<i>Trampolino Elastico</i>	<i>17:30 / 19:30</i>
	<i>Sabato</i>	<i>Trampolino elastico</i>	<i>17:30 / 19:30</i>

CORSI AGONISTICI (inizio dal 4 settembre 2023)

GINNASTICA ARTISTICA

(Pozzo d'Adda)

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 1	Lunedì	Ginnastica Artistica livello 1	18:00 / 20:00
	Mercoledì	Ginnastica Artistica livello 1	18:00 / 20:00

GINNASTICA RITMICA

Vaprio d'Adda

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura	Martedì	Ginnastica Ritmica LB - LC	17:00 / 20:00
	Giovedì	Ginnastica Ritmica LB - LC	17:00 / 20:00
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2	Sabato	Ginnastica Ritmica LB - LC	14:00 / 17:00

Trezzo sull'Adda (Fraz. Concesa)

Palestra	Giorno	Corso 01	dalle / alle
Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2	Lunedì	Ginnastica Ritmica LA	17:00 / 19:00
	Mercoledì	Ginnastica Ritmica LA	17:00 / 20:00
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2	Sabato	Ginnastica Ritmica LA	09:30 / 12:30

Pozzo d'Adda

Palestra	Giorno	Corso 02	dalle / alle
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2	Lunedì	Ginnastica Ritmica LA	17:00 / 20:00
	Mercoledì	Ginnastica Ritmica LA	17:00 / 20:00
	Sabato	Ginnastica Ritmica LA	09:30 / 12:30

GINNASTICA RITMICA

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Pozzo d'Adda Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2	Lunedì	Ginnastica Ritmica LD - GOLD	17:00 / 20:00
	Mercoledì	Ginnastica Ritmica LD - GOLD	17:00 / 20:00
	Venerdì	Ginnastica Ritmica LD - GOLD	17:00 / 20:00
	Sabato	Ginnastica Ritmica LD - GOLD	09:00 / 12:30
Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura	Giovedì	Ginnastica Ritmica LD - GOLD	17:00 / 20:00

GINNASTICA ARTISTICA Preagonistica U8

(Capriate San Gervasio e Cornate d'Adda)

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Lunedì	GAF Preagonistica U8	16:30 / 18:30
Cornate via Aldo Moro	Martedì	GAF Preagonistica U8	17:00 / 20:00
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Giovedì	GAF Preagonistica U8 anno 2016	17:00 / 20:00
Cornate	Venerdì	GAF Preagonistica U8	17:00 / 20:00

GINNASTICA ARTISTICA

(Capriate San Gervasio) **GRUPPO 1 (piccole)**

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 1	Martedì	Ginnastica Artistica Livello 2 (P)	17:00 / 20:00
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Giovedì	Ginnastica Artistica Livello 2 (P)	17:30 / 20:30
	Venerdì	Ginnastica Artistica Livello 2 (P)	17:00 / 20:00

(Capriate San Gervasio) **GRUPPO 2 (grandi)**

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Lunedì	Ginnastica Artistica Livello 2 (G)	17:00 / 20:00
Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 1	Martedì	Ginnastica Artistica Livello 2 (G)	17:00 / 20:00
Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Giovedì	Ginnastica Artistica Livello 2 (G)	17:30 / 20:30

GINNASTICA ACROBATICA

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Tensostruttura via Grignano s.n.c.	Martedì	Ginnastica Acrobatica avanzato	17:00 / 20:00
Palestra Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28	Mercoledì	Ginnastica Acrobatica avanzato	17:00 / 20:00
	Venerdì	Ginnastica Acrobatica avanzato	17:00 / 20:00
	Sabato	Ginnastica Acrobatica avanzato	15:00 / 18:00

GINNASTICA AEROBICA

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura	Lunedì	Ginnastica Aerobica Silver	17:00 / 19:00
	Mercoledì	Ginnastica Aerobica Silver	17:00 / 19:00
	Venerdì	Ginnastica Aerobica Silver	18:00 / 20:30
Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2	Sabato	Ginnastica Aerobica Silver	17:00 / 19:00

GINNASTICA AEROBICA ECCELLENZE

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura	Lunedì	Ginnastica Aerobica Eccellenze	18:00 / 20:30
Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2	Martedì	Ginnastica Aerobica Eccellenze	17:15 / 20:00
Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura	Mercoledì	Ginnastica Aerobica Eccellenze	17:00 / 20:30
Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2	Giovedì	Ginnastica Aerobica Eccellenze	17:15 / 19:30
	Sabato	Ginnastica Aerobica Eccellenze	14:00 / 19:00

TRAMPOLINO ELASTICO (SOSPESO)

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
Tensostruttura via Grignano s.n.c.		Trampolino Elastico Avanzato	
		Trampolino Elastico Avanzato	
		Trampolino Elastico Avanzato	

CORSI PER ADULTI (inizio mese di Ottobre)

Palestra	Giorno	Corso	dalle / alle
<i>Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</i>	<i>Martedì</i>	<i>Dance Work-Out</i>	<i>20:30 / 21:30</i>
<i>Pozzo d'Adda Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2 Pozzo d'Adda</i>	<i>Mercoledì</i>	<i>Stretch & Tone</i>	<i>20:00 / 21:00</i>
	<i>Venerdì</i>	<i>Ginnastica Posturale</i>	<i>16:30 / 17:30</i>
	<i>Martedì e Venerdì</i>	<i>Pilates</i>	<i>20:00 / 21:00</i>
<i>Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2</i>	<i>Lunedì</i>	<i>Stretch & Tone</i>	<i>19:00 / 20:00</i>

ACCESSO AI CORSI

Per ginnasti con età inferiore a 4 anni, solo con valutazione positiva del tecnico del corso.

ISCRIZIONE ALL'ASSOCIAZIONE per anno solare

QUOTA ABBONAMENTO

CERTIFICAZIONE MEDICA

Idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica sino a 8 anni non compiuti

Non obbligatorio su indicazione del pediatra sino a 6 anni non compiuti.

CERTIFICAZIONE MEDICA di idoneità alla pratica di attività sportiva agonistica da 8 anni

(su presentazione di nostra richiesta presso centro di medicina sportiva)

SOTTOSCRIZIONE PATTO EDUCATIVO DI CORRESPONSABILITÀ

ACCETTAZIONE EVENTUALI CONTROLLI ANTIDOPING