



I CORSI DELLA STAGIONE 2022/2023

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

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

Basiano

Palestra	Giorno / Settimana	Inizio Corsi	dalle / alle
Scuola Primaria 1° Grado	Martedì	20-09-2022	(Base) 17:00 / 18:00
via Alcide de Gasperi	Giovedì		(Base) 17:00 / 18:00
(Via Roma)	Venerdì		(Prescolastico) 17:00 / 18:00

Capriate San Gervasio

Palestra	Giorno / Settimana	Inizio Corsi	dalle / alle
Scuola Secondaria	Giovedì	21-09-2022 In Tensostruttura	(Prescolastico) 16:30 / 17:30
1° Grado via XXY Aprile 28	Mercoledì		(4 ⁵ Primaria + secondaria.) 17:00 / 19:00
Tensostruttura	Mercoledì		(1 ² -2 ² -3 ² Primaria) 17:00 / 19:00
Via Grignano	Venerdì		(4 ⁵ Primaria + secondaria) 17:00 / 19:00

Carvico

Palestra	Giorno / Settimana	Inizio Corsi	dalle / alle
Palazzetto dello Sport	Martedì	20-09-2022	(2 ² -3 ² primaria) 17:30 / 18:30
Via Aldo Moro	Mercoledì		(Prescolare-1 ² primaria) 16:45 / 17:45
	Mercoledì		(dalla 4 ² primaria) 17:30 / 19:30

Pozzo d'Adda

Palestra	Giorno / Settimana	Inizio Corsi	dalle / alle
Centro scolastico	Lunedì	19-09-2022	(Base) 17:00 / 18:00
via dell'Unione	Mercoledì		(Base) 17:30 / 18:30
	Mercoledì		(Prescolare) 16:30 / 17:30

Trezzo sull'Adda

Palestra	Giorno / Settimana	Inizio Corsi	dalle / alle
Scuola Primaria	Mercoledì	21-09-2022	(Prescolastico) 17:30 / 18:30
via Mazzini 2	Mercoledì		(Base) 18:30 / 19:30
	Venerdì		(Base) 17:30 / 18:30

Vaprio d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Sportivo</i>	Lunedì	19-09-2022	<i>(Base)</i> 17:30 / 18:30
<i>Scolastico Palestrina</i>	Venerdì		<i>(Base)</i> 16:30 / 18:00
	Lunedì	19-09-2022	<i>(Prescolastico)</i> 16:30 / 17:30

Villa d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Istituto Sacro Cuore</i>	Giovedì	22-09-20	<i>(Psicomotricità)</i> 16:00 / 17:00
<i>via Peschiera 4</i>	Giovedì		<i>(Base)</i> 16:00 / 17:30

CORSO BASE GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

Tensostruttura Capriate San Gervasio

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Tensostruttura</i>	Mercoledì	21-09-2022	<i>(prescolare)</i> 17:30 / 19:00
<i>Via Grignano</i>	Mercoledì		17:30 / 19:30
	Venerdì		17:30 / 19:30

CORSI BASE GINNASTICA RITMICA

Trezzo sull'Adda (Concesa)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Scuola Primaria</i>	Lunedì	19-09-2022	17:15 / 19:15
<i>via Don Gnocchi 2</i>	Mercoledì		17:15 / 19:15

Vaprio d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro sportivo</i>	Martedì	20-09-2022	17:00 / 19:00
<i>Scolastico</i>	Giovedì		17:00 / 19:00

Pozzo d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Scolastico</i>	Lunedì	19-09-2022	17:00 / 19:00
<i>Via dell'Unione</i>	Mercoledì		17:00 / 19:00

CORSI BASE GINNASTICA AEROBICA

Vaprio d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Sportivo</i>	Lunedì	19-09-2022	17:00 / 18:00
<i>Scolastico</i>	Venerdì		17:00 / 18:00

Pozzo d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Scolastico via dell'Unione</i>	Martedì	20-09-2022	17:00 / 18:00

CORSO BASE GINNASTICA ACROBATICA

Capriate San Gervasio

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Tensostruttura Via Grignano</i>	Lunedì	19-09-2022	18:00 / 20:00
<i>Scuola Secondaria 1° Grado via XXV Aprile 28</i>	Mercoledì		17:00 / 19:00

CORSO BASE TRAMPOLINO ELASTICO

Capriate San Gervasio

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Tensostruttura</i>	Mercoledì	21-09-2022	17:00 / 19:00
<i>via Grignano</i>	Venerdì		17:00 / 19:00

CORSI AGONISTICI (inizio comunicato da istruttori a Ginnasti)

GINNASTICA ARTISTICA LIVELLO 1°

(Pozzo d'Adda)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro scolastico</i>	Lunedì		18:00 / 20:00
<i>Via dell'Unione</i>	Mercoledì		18:30 / 20:30

GINNASTICA RITMICA Preagonistica e Programma LA

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>(Vaprio d'Adda, Centro Sportivo)</i>		Martedì	17:00 / 20:00
		Giovedì	17:00 / 20:00
<i>Centro scolastico Pozzo d'Adda</i>		Sabato	09:30 / 12:30

GINNASTICA RITMICA Programma LB-LC-LD

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro scolastico Pozzo d'Adda</i>		Lunedì	17:00 / 20:00
<i>Via dell'Unione</i>		Mercoledì	17:00 / 20:00
		Venerdì	17:00 / 20:00
		Sabato	09:30 / 12:30

GINNASTICA RITMICA (serie D)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro scolastico Pozzo d'Adda</i>		Lunedì	17:00 / 20:00
<i>Via dell'Unione</i>		Mercoledì	17:00 / 20:00
		Venerdì	17:00 / 20:00
		Sabato	09:30 / 12:30

GINNASTICA ARTISTICA Preagonistica U8

(Capriate San Gervasio e Pozzo d'Adda)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Scuola Secondaria 1° Grado</i>		Lunedì	16:30 / 18:30
<i>Centro Scolastico Pozzo d'Adda</i>		Venerdì	17:00 / 19:00

GINNASTICA ARTISTICA LIVELLO 2°

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

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Scuola Secondaria</i>	Martedì		16:30 / 19:00
<i>1° Grado</i>	Giovedì		16:30 / 19:00
	Venerdì		17:00 / 20:00

GRUPPO 2 (grandi)

<i>Scuola Secondaria</i>	Lunedì		17:30 / 20:30
<i>1° grado</i>	Martedì		18:00 / 20:30
	Giovedì		17:30 / 20:30

GINNASTICA ACROBATICA

Capriate San Gervasio

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Tensostruttura via Grignano</i>	Lunedì		18:00 / 20:00
<i>Scuola Secondaria 1° Grado</i>	Mercoledì		17:00 / 20:00
<i>Scuola Secondaria 1° Grado</i>	Venerdì		17:00 / 20:00
<i>Scuola Secondaria 1° Grado</i>	Sabato		14:30 / 16:30

GINNASTICA AEROBICA (AEROSTART)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>(Vaprio d'Adda, Centro Sportivo)</i>		Lunedì	17:00 / 19:00
		Mercoledì	17:00 / 19:00
<i>(Trezzo sull'Adda, Concesa)</i>		Giovedì	17:15 / 19:15
<i>(Vaprio d'Adda, Centro Sportivo)</i>		Venerdì	17:00 / 19:00

GINNASTICA AEROBICA ECCELLENZE

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>(Vaprio d'Adda, C. Sportivo)</i>		Lunedì	18:00 / 20:30
<i>(Pozzo d'Adda, C. Scolastico)</i>		Martedì	18:00 / 20:30
<i>(Vaprio d'Adda, C. Sportivo)</i>		Mercoledì	18:00 / 20:30
<i>(Trezzo sull'Adda, Concesa)</i>		Giovedì	17:15 / 19:30
		Sabato (2 gruppi)	14:00 / 19:00

TRAMPOLINO ELASTICO

Capriate San Gervasio

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Tensostruttura</i>	Lunedì con Acro		17:00 / 20:00
<i>via Grignano</i>	Mercoledì		17:00 / 20:00
	Venerdì		17:00 / 20:00
	Sabato		09:30 / 12:00

CORSI PER ADULTI

DANCE WORKOUT

Vaprio d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Sportivo Scolastico</i>	Mercoledì	05-10-2022	20:30 / 21:30

GINANSTICA DOLCE

Pozzo d'Adda

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Scolastico Pozzo</i>	Mercoledì	05-10-2022	20:00 / 21:00

STRETCH & TONE

Pozzo d'Adda – Trezzo sull'adda (Concesa)

<i>Palestra</i>	<i>Giorno / Settimana</i>	<i>Inizio Corsi</i>	<i>dalle / alle</i>
<i>Centro Scolastico Pozzo</i>	Lunedì	03-10-2022	20:00 / 21:00
<i>Scuola Primaria Concesa</i>	Lunedì	03-10-2022	19:00 / 20:00

ACCESSO AI CORSI in palestra

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

ISCRIZIONE ALL'ASSOCIAZIONE QUOTA ABBONAMENTO

CERTIFICAZIONE MEDICA di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica sino a 7 anni esonero su indicazione del pediatra sino a 5 anni.

CERTIFICAZIONE MEDICA di idoneità alla pratica di attività sportiva agonistica da 8 anni
(su presentazione di nostra richiesta)