



CORSI STAGIONE 2026-2027

Corso Prescolare

Con l'utilizzo di mini-attrezzi ginnici (trave, trampolino, tappetoni, ma anche palloni, cerchi e mattoncini), i futuri ginnasti sviluppano coordinazione, destrezza e flessibilità, ponendo le basi per un corretto approccio al "mondo dello sport".

L'obiettivo del corso prescolare è di promuovere l'allegria, la salute ed il benessere fisico dei piccoli ginnasti, ed essi imparano, divertendosi, che non è indispensabile essere sempre i migliori: l'importante è fare sempre del proprio meglio!

In un ambiente non competitivo in cui viene valorizzata la socializzazione e la cooperazione all'interno del gruppo, i bambini, con il supporto di istruttori qualificati, vengono incoraggiati ad affrontare piccoli rischi e a provare esercizi sempre nuovi, vincendo le proprie paure ed acquisendo così maggior sicurezza in sé stessi. Il corso prevede una lezione di un'ora a settimana.

Corso Base di Ginnastica Artistica femminile / maschile

Il corso è la base per un orientamento verso le discipline sportive della ginnastica, la preparazione è caratterizzata dall'adozione di contenuti, quali:

Flessibilità, Ampiezza dei movimenti, Forza, Equilibrio, Concentrazione, Rispetto degli altri, Condivisione obiettivi, Accettazione del risultato sportivo,

L'obiettivo del corso è lo sviluppo della crescita psicofisica orientata verso un obiettivo preciso ma che rispetta le esigenze del giovane ginnasta, con avvicinamento ai grandi attrezzi della specialità.

Non importa quanti anni abbiano, se praticato o meno un'attività sportiva, oppure se svolgano attività motoria solo sporadicamente. Non importa se le condizioni fisiche non siano perfette, se siamo in sovrappeso o se abbiamo altre abitudini comunemente definite scorrette. Tutto quello che serve è far mente locale sul corpo. Il corso prevede una lezione settimanale di un'ora e mezza o di due ore (a seconda dell'età), inoltre è possibile aggiungere un ulteriore giorno di allenamento.



CORSI STAGIONE 2026-2027

PRIMA PROVA GRATUITA Dal 15 settembre

CARVICO

Palestra in via Aldo Moro



GINNASTICA ARTISTICA PRESCOLARE

Età 3 (test di idoneità) - 6 anni
mercoledì: h 16.30 – 17.30

(Palazzetto via Aldo Moro)

GINNASTICA ARTISTICA Femminile/Maschile

(scuola primaria 1^a - 4^a)

martedì : h 16.30 – 18.00 (Palazzetto via Aldo Moro)

(scuola primaria 5^a- secondaria e superiori)

mercoledì : h 17.30 – 19.30 (Palazzetto via Aldo Moro)

(scuola primaria - secondaria e superiori)

venerdì : h 17.30 – 19.30 (Palestra scuola primaria via Aldo Moro, su indicazione del tecnico)



Sito A.S.D.G. Tritium

Per informazioni:

rivolgersi direttamente in palestra o telefonare
02.90.92.91.55 – 366.58.93.188

il lunedì ed il venerdì dalle ore 09.00 alle 12.00

Via Santa Marta 38, Trezzo sull'Adda

www.ginnasticatritium.it – info@ginnasticatritium.it



Iscrizioni online