



# I CORSI DELLA STAGIONE 2025/2026

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 15 Settembre 2025

## GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

### Basiano

| <i>Palestra</i>   | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>         | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|----------------------|---------------------|
| Scuola Primaria 1° Grado via Alcide de Gasperi (Via Roma) | Venerdì       | Prescolare 4-6 anni  | 17:00 / 18:00       |
|   | Martedì       | Ginnastica Artistica | 17:00 / 18:15       |
|   | Giovedì       | Ginnastica Artistica | 17:00 / 18:15       |

### Capriate San Gervasio

| <i>Palestra</i>                              | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                    | <i>dalle / alle</i> |
|--|---------------|---------------------------------|---------------------|
| Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28 | Giovedì       | Prescolare 3-6 anni             | 16:30 / 17:30       |
| Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28 | Mercoledì     | Ginnastica Artistica Primaria   | 17:00 / 19:00       |
| Tensostruttura via Grignano s.n.c.           | Mercoledì     | Ginnastica Artistica Secondaria | 17:00 / 19:00       |
|  | Venerdì       | Ginnastica Artistica Secondaria | 16:30 / 18:30       |

### Carvico

| <i>Palestra</i>                      | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>  | <i>dalle / alle</i> |
|--------------------------------------|---------------|---|---------------------|
| Palazzetto dello sport Via Aldo Moro | Mercoledì     | Prescolare  | 16:30 / 17:30       |
|                                      | Martedì       | Ginnastica Artistica 1 <sup>a</sup> - 4 <sup>a</sup> Primaria | 16:30 / 18:30       |
|                                      | Mercoledì     | Ginnastica Artistica dalla 5 <sup>a</sup> + Med + Sup         | 17:30 / 19:30       |
| Palestra scuola Primaria             | Venerdì       | Ginnastica Artistica dalla 5 <sup>a</sup> + Med + Sup         | 17:30 / 19:30       |

### Pozzo d'Adda

| <i>Palestra</i>                              | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>         | <i>dalle / alle</i> |
|--|---------------|----------------------|---------------------|
| 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

| <i>Palestra</i>                        | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>         | <i>dalle / alle</i> |
|--|---------------|----------------------|---------------------|
| 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 / 19:00       |

### Vaprio d'Adda

| <i>Palestra</i>  | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>         | <i>dalle / alle</i> |
|--|---------------|----------------------|---------------------|
| Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Palestrina | Lunedì        | Prescolare 4-6 anni  | 16:30 / 17:30       |
|  | Lunedì        | Ginnastica Artistica | 17:30 / 19:00       |
|  | Venerdì       | Ginnastica Artistica | 16:30 / 18:00       |

### Villa d'Adda (inizio mese di ottobre)

| <i>Palestra</i>                                | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>         | <i>dalle / alle</i> |
|--|---------------|----------------------|---------------------|
| 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

| <i>Palestra</i>                       | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                  | <i>dalle / alle</i> |
|---------------------------------------|---------------|-------------------------------|---------------------|
| Tensostruttura<br>via Grignano s.n.c. | Mercoledì     | Ginnastica Artistica Maschile | 17:00 / 19:00       |
|                                       | Venerdì       | Ginnastica Artistica Maschile | 17:00 / 19:00       |

## **CORSI BASE GINNASTICA RITMICA**

Trezzo sull'Adda (Concesa)

| <i>Palestra</i>                               | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>       | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|--------------------|---------------------|
| Palestra Scuola Primaria<br>Via Don Gnocchi 2 | Lunedì        | Ginnastica Ritmica | 17:00 / 19:00       |
|   | Mercoledì     | Ginnastica Ritmica | 17:00 / 19:00       |

Vaprio d'Adda

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

Pozzo d'Adda

| <i>Palestra</i>                                 | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>       | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|--------------------|---------------------|
| Centro scolastico<br>Via dell'Unione Palestra 2 | Martedì       | Ginnastica Ritmica | 17:00 / 19:00       |
|   | Venerdì       | Ginnastica Ritmica | 17:00 / 19:00       |

## **CORSI BASE GINNASTICA AEROBICA**

Vaprio d'Adda

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

## **CORSO BASE GINNASTICA ACROBATICA**

Capriate San Gervasio

| <i>Palestra</i>                    | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>          | <i>dalle / alle</i> |
|------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|
| Tensostruttura via Grignano s.n.c. | Lunedì        | Ginnastica Acrobatica | 18:00 / 20:00       |
|                                    | Mercoledì     | Ginnastica Acrobatica | 17:00 / 19:00       |

## **CORSO BASE TRAMPOLINO ELASTICO**

Capriate San Gervasio

| <i>Palestra</i>                    | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>        | <i>dalle / alle</i> |
|------------------------------------|---------------|---------------------|---------------------|
| Tensostruttura via Grignano s.n.c. | Lunedì        | Trampolino Elastico | 17:30 / 19:30       |
|                                    | Mercoledì     | Trampolino Elastico | 17:30 / 19:30       |
|                                    | Venerdì       | Trampolino Elastico | 17:30 / 19:30       |
|                                    | Sabato        | Trampolino Elastico | 17:00 / 19:00       |

**CORSI AGONISTICI (inizio 1 settembre 2025)**  
**(Pozzo d'Adda inizio 8 settembre 2025)**

**GINNASTICA ARTISTICA**

(Pozzo d'Adda)

| <i>Palestra</i>                                 | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                   | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|--------------------------------|---------------------|
| Centro scolastico<br>Via dell'Unione Palestra 1 | Lunedì        | Ginnastica Artistica livello 1 | 18:00 / 20:30       |
|   | Mercoledì     | Ginnastica Artistica livello 1 | 18:00 / 20:30       |

(Capriate San Gervasio dal 1 settembre) **GRUPPO 1 (piccole 9 h)**

| <i>Palestra</i>                                 | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                       | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|------------------------------------|---------------------|
| Scuola secondaria 1° grado<br>via XXV Aprile 28 | Martedì       | Ginnastica Artistica Livello 2 (P) | 17:00 / 20:00       |
|   | 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 9 h)**

|   |         |                                    |               |
|---|---------|------------------------------------|---------------|
| Scuola secondaria 1° grado<br>via XXV Aprile 28 | Lunedì  | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 17:00 / 20:00 |
|   | Martedì | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 17:00 / 20:00 |
|   | Giovedì | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 17:30 / 20:30 |

(Capriate San Gervasio) **GRUPPO 3 (grandi 9 h)**

|   |         |                                    |               |
|---|---------|------------------------------------|---------------|
| Scuola secondaria 1° grado<br>via XXV Aprile 28 | Lunedì  | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 17:00 / 20:00 |
|   | Martedì | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 18:30 / 21:30 |
|   | Giovedì | Ginnastica Artistica Livello 2 (G) | 18:30 / 21:30 |

**Preagonistica U8**

(Capriate San Gervasio e Cornate d'Adda)

| <i>Palestra</i>                                 | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                      | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|-----------------------------------|---------------------|
| Scuola secondaria 1° grado<br>via XXV Aprile 28 | Lunedì        | GAF Preagonistica U8              | 16:30 / 19:30       |
|   | Martedì       | GAF Preagonistica U8              | 17:00 / 20:00       |
|   | Giovedì       | GAF Preagonistica U8 no anno 2018 | 17:30 / 20:30       |
|   | Venerdì       | GAF Preagonistica U8 no anno 2018 | 17:00 / 20:00       |
|   | Sabato        | GAF Preagonistica U8              | 9:30 / 12:30        |

Gold

|                       |         |          |               |
|-----------------------|---------|----------|---------------|
| Cornate da Confermare | Martedì | GAF Gold | 17:00 / 20:00 |
|-----------------------|---------|----------|---------------|

**GINNASTICA RITMICA**

Vaprio d'Adda

| <i>Palestra</i>   | <i>Giorno</i> | <i>Corso</i>                 | <i>dalle / alle</i> |
|---|---------------|------------------------------|---------------------|
| Centro sportivo scolastico viale<br>della Vittoria Tensostruttura | Martedì       | Ginnastica Ritmica 1 livello | 17:00 / 20:00       |
|   | Giovedì       | Ginnastica Ritmica 1 livello | 17:00 / 20:00       |

Pozzo d'Adda

|  |           |                              |               |
|--|-----------|------------------------------|---------------|
| Centro scolastico<br>Via dell'Unione<br>Palestra 2 | Lunedì    | Ginnastica Ritmica 2 livello | 17:30 / 20:30 |
|  | Mercoledì | Ginnastica Ritmica 2 livello | 17:30 / 20:30 |
|  | Venerdì   | Ginnastica Ritmica 2 livello | 17:30 / 20:30 |

|  |           |                              |               |
|--|-----------|------------------------------|---------------|
| Centro scolastico<br>Via dell'Unione<br>Palestra 2                                 | Lunedì    | Ginnastica Ritmica 3 livello | 17:30 / 20:30 |
|  | Martedì   | Ginnastica Ritmica 3 livello | 17:30 / 20:00 |
|  | Mercoledì | Ginnastica Ritmica 3 livello | 17:30 / 20:30 |
| Vaprio d'Adda<br>Centro sportivo scolastico viale<br>della Vittoria Tensostruttura | Giovedì   | Ginnastica Ritmica 3 livello | 17:00 / 20:00 |

## **GINNASTICA ACROBATICA**

### **Capriate San Gervasio**

| <b>Palestra</b>                                     | <b>Giorno</b>    | <b>Corso</b>                            | <b>dalle / alle</b>  |
|---|------------------|---|----------------------|
| <b>Tensostruttura via Grignano s.n.c.</b>           | <b>Martedì</b>   | <b>Ginnastica Acrobatica Intermedio</b> | <b>17:00 / 20:00</b> |
|   | <b>Venerdì</b>   | <b>Ginnastica Acrobatica Intermedio</b> | <b>17:00 / 20:00</b> |
| <b>Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28</b> | <b>Sabato</b>    | <b>Ginnastica Acrobatica Intermedio</b> | <b>14:00 / 16:00</b> |
| <b>Tensostruttura via Grignano s.n.c.</b>           |                  |   |                      |
| <b>Scuola secondaria 1° grado via XXV Aprile 28</b> | <b>Lunedì</b>    | <b>Ginnastica Acrobatica avanzato</b>   | <b>17:00 / 20:00</b> |
|   | <b>Mercoledì</b> | <b>Ginnastica Acrobatica avanzato</b>   | <b>17:00 / 20:00</b> |
|   | <b>Venerdì</b>   | <b>Ginnastica Acrobatica avanzato</b>   | <b>17:00 / 20:00</b> |
|   | <b>Sabato</b>    | <b>Ginnastica Acrobatica avanzato</b>   | <b>15:00 / 18:00</b> |

## **GINNASTICA AEROBICA AEROSTART**

| <b>Palestra</b>   | <b>Giorno</b>    | <b>Corso</b>                         | <b>dalle / alle</b>  |
|---|------------------|--------------------------------------|----------------------|
| <b>Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</b> | <b>Lunedì</b>    | <b>Ginnastica Aerobica Aerostrat</b> | <b>18:00 / 20:00</b> |
|   | <b>Mercoledì</b> | <b>Ginnastica Aerobica Aerostrat</b> | <b>17:00 / 18:30</b> |
|   | <b>Venerdì</b>   | <b>Ginnastica Aerobica Aerostrat</b> | <b>18:00 / 20:00</b> |

## **GINNASTICA AEROBICA AERODANCE**

| <b>Palestra</b>   | <b>Giorno</b>    | <b>Corso</b>                         | <b>dalle / alle</b>  |
|---|------------------|--------------------------------------|----------------------|
| <b>Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</b> | <b>Lunedì</b>    | <b>Ginnastica Aerobica AeroDance</b> | <b>18:00 / 20:30</b> |
|   | <b>Mercoledì</b> | <b>Ginnastica Aerobica AeroDance</b> | <b>18:00 / 20:30</b> |

## **GINNASTICA AEROBICA ECCELLENZE**

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

## **CORSI GINNASTICA PER TUTTI (inizio mese di Ottobre)**

| <b>Palestra</b>   | <b>Giorno</b>    | <b>Corso</b>                                     | <b>dalle / alle</b>  |
|---|------------------|--|----------------------|
| <b>Vaprio d'Adda Centro sportivo scolastico viale della Vittoria Tensostruttura</b> | <b>Mercoledì</b> | <b>Dance Work-Out</b>                            | <b>20:30 / 21:30</b> |
| <b>Pozzo d'Adda Centro scolastico Via dell'Unione Palestra 2</b>                    | <b>Martedì</b>   | <b>Ginnastica per Tutti (Pilates)</b>            | <b>20:00 / 21:00</b> |
| <b>Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2</b>                           | <b>Venerdì</b>   | <b>Ginnastica per Tutti (Pilates)</b>            | <b>17:30 / 18:30</b> |
| <b>Concesa Palestra Scuola Primaria Via Don Gnocchi 2</b>                           | <b>Lunedì</b>    | <b>Ginnastica per Tutti (Stretch &amp; Tone)</b> | <b>19:00 / 20:00</b> |

## ***ACCESSO AI CORSI***

***Per ginnasti con età inferiore a 3 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 CORRENSPONSABILITA'***

***SOTTOSCRIZIONE AD EVENTUALI CONTROLLI ANTIDOPING***



***Form di Iscrizione***