



# POLISPORTIVA

## CAPRIATE - SAN GERVASIO - CRESPI

Associazione Sportiva Dilettantistica



CON IL PATROCINIO DELL'AMMINISTRAZIONE COMUNALE - ASSESSORATO ALLO SPORT

### CORSI DI GINNASTICA A.S. 2018-2019

#### FITNESS

PALAZZETTO DELLO SPORT

LUNEDÌ E GIOVEDÌ 2 corsi: ore 18,10 e 19,10

#### FITNESS AEROBICO

PALAZZETTO DELLO SPORT

GIOVEDÌ ore 20,10

#### GINNASTICA ANTALGICA

PALAZZETTO DELLO SPORT

MARTEDÌ e VENERDÌ 4 corsi: ore 8,30 - 9,30 - 16,10 - 17,10

SCUOLA PRIMARIA SAN GERVASIO

LUNEDÌ e GIOVEDÌ 2 corsi: ore 16,30 e 17,30

#### GINNASTICA PILATES

SCUOLA PRIMARIA SAN GERVASIO

LUNEDÌ ore 18,30 - 19,30 - 20,30

MERCOLEDÌ ore 18,00 - 19,00 - 20,00

#### GRUPPI DI CAMMINO

TUTTO L'ANNO

LUNEDÌ ore 14,00 - GIOVEDÌ ORE 9,00

Tutti i corsi, riservati ai Soci della Polisportiva, sono a numero chiuso e si attivano con un numero minimo di 15 persone

#### ISCRIZIONI:

##### Per chi ha frequentato l'intero a.s. 2017/2018:

seguire le indicazioni ricevute o telefonare entro il 18 settembre per riconfermare l'adesione.

Procedere poi all'iscrizione nei giorni:

gio 20 set ore 17,00-17,30 SCUOLE ELEM. S. GERVASIO (solo per antalgica San Gervasio)

gio 20 set ore 18,30-20,00 PALAZZETTO DELLO SPORT (per fitness - fitness aerobico - ginnastica pilates)

ven 21 set ore 9,00-10,00 16,30-17,30 PALAZZETTO DELLO SPORT (per ginn. antalgica Capriate - ginn. pilates)

sab 22 set ore 11,00-12,00 PALAZZETTO DELLO SPORT (tutti i corsi)

##### Per i non tesserati e per chi non ha frequentato l'intero anno 2017/2018:

dal 13 al 22 settembre iscrizione preliminare telefonica oppure

**Info: da lunedì a venerdì ore 14,00-18,00 tel. 335.6052972**