



Assessorato allo sport

## PROGRAMMA CORSI stagione sportiva 2019 - 2020

### **Ginnastica di mantenimento**

Giussano presso - palestra scuola primaria di Via Alessandria

### **Ginnastica dolce per la terza età**

presso le palestre di Giussano, Birone, Paina e Robbiano  
presso i Centri Anziani di Giussano, Birone, Paina

### **Corso di yoga**

Giussano - palestra scuola primaria di Via M. d'Azeglio

### **Corso di pilates**

Giussano presso - palestra scuola primaria di Via Alessandria

per informazioni: Ufficio Sportello al cittadino e Ufficio sport  
dal Lunedì al Venerdì 8.30 / 12.15 - solo lunedì 15.00 / 18.45  
tel. 0362/358222-228

mail: [sport@comune.giussano.mb.it](mailto:sport@comune.giussano.mb.it)

## GINNASTICA DI MANTENIMENTO

**GIUSSANO:** Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 19.00 alle ore 20.00  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 20.00 alle ore 21.00  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 21.00 alle ore 22.00

La quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso (MAX 30 PARTECIPANTI) comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di € 80,00

## GINNASTICA DOLCE PER LA TERZA ETA'

Età minima 55 anni

**GIUSSANO:** Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria  
LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 14.30 alle 15.30  
LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 15.30 alle 16.30

**GIUSSANO:** Scuola Secondaria di 1° grado "A. da Giussano"  
LUNEDI' - dalle ore 16.30 alle 17.30  
MERCOLEDI' - dalle ore 16.30 alle 17.30

**ROBBIANO:** Palestra di Via Longoni, 5 - Robbiano  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 15,00 alle ore 16.00  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 16,00 alle ore 17.00

**PAINA:** Scuola Secondaria di 1° grado "Salvo d'Acquisto"  
LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 15.45 alle ore 16.45

**BIRONE** Scuola primaria "S. Filippo Neri" - Via San F. Neri, 32  
LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 16.30 alle ore 17.30

la quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso, (MAX 25 PARTECIPANTI) comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di € 35,00

## GINNASTICA DOLCE PER LA TERZA ETA' in collaborazione con i Centri Anziani

**GIUSSANO c/o SEDE:** MERCOLEDI' / VENERDI' - ore 14.30 / 15.30  
**BIRONE c/o ORATORIO:** MARTEDI' / GIOVEDI' - ore 14.45 / 15.45  
**PAINA c/o CENTRO GENERAZIONI:** LUNEDI' / GIOVEDI' - ore 14.30 / 15.30

La quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso, comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di € 35,00

per iscrizioni rivolgersi ai rispettivi Centri Anziani

## CORSO DI YOGA - max 15 iscritti per corso

**GIUSSANO:** Scuola primaria "Gabrio Piola" - Via M. d'Azeglio  
MARTEDI' - dalle ore 18.30 alle ore 19.30

La quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso, comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di € 80,00

## PILATES - max 20 iscritti per corso

**GIUSSANO** - Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria  
MERCOLEDI' dalle ore 20.00 alle ore 21.00

La quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso, comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di € 80,00

## ISCRIZIONI E DURATA DEI CORSI

Le iscrizioni si ricevono presso l'Ufficio Sportello al cittadino e l'Ufficio Sport dal Lunedì al Venerdì dalle 8.30 alle 12.15 - solo lunedì dalle 15.00 alle 18.45

iscrizioni al 1° CORSO : dal 25 Settembre 2019  
durata corso: dal 9 Ottobre 2019 all'11 Febbraio 2020

nuove iscrizioni al 2° CORSO: dal 1° Febbraio 2020  
durata corso: dal 17 febbraio 2020 al 12 Giugno 2020

tutti i corsi verranno sospesi secondo vacanze da calendario scolastico

## ISCRIZIONE AI CORSI, DOCUMENTAZIONE RICHIESTA E VERSAMENTO QUOTA PARTECIPAZIONE

### primo turno:

1) la domanda di iscrizione deve essere corredata dal certificato medico di idoneità ad attività sportiva non agonistica e dalla copia del bonifico attestante il versamento della quota di partecipazione che deve essere effettuata entro il 9 ottobre 2019

2) nel caso di iscrizione successiva alla data di inizio del corso, la quota deve essere versata e attestata prima della consegna della domanda

### secondo turno:

1) gli iscritti al primo turno vengono automaticamente iscritti al secondo turno solo dopo il versamento della quota di partecipazione al secondo turno, da effettuare entro il 18 Gennaio 2020

2) per i nuovi iscritti la domanda di iscrizione deve essere corredata dal certificato medico di idoneità ad attività sportiva non agonistica e dalla copia del bonifico attestante il versamento della quota di partecipazione

E' possibile effettuare l'iscrizione ad entrambi i turni della stagione 2019/2020, provvedendo al pagamento della somma delle due quote di frequenza.

Non sono previsti rimborsi successivamente al pagamento di uno o di entrambi i corsi.

### Le modalità di pagamento sono esclusivamente le seguenti:

-bonifico bancario intestato a Tesoreria Comunale di Giussano - IBAN IT090056963315000003000X55

- presso la Tesoreria Comunale BANCA POPOLARE DI SONDRIO - Agenzia di Giussano - Via Cavour, 19

in entrambi i casi si prega di specificare nella causale il nome degli iscritti per cui si effettua il pagamento