

**Assessorato allo sport
PROGRAMMA CORSI
stagione sportiva 2010 - 2011**

**Ginnastica di mantenimento
Ginnastica dolce per la terza età**

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

Corso di aerobica

presso palestra scuola primaria di Via Alessandria - Giussano

Corsi di yoga - Pilates

Giussano - presso palestra scuola primaria di Via M. d'Azeglio
Giussano - presso Centro Anziani - Via Addolorata

**GRATUITO: corso di balli sociali-di gruppo-caraibici
in collaborazione con i Maestri ANMB Franca e Piero Redaelli
per BAMBINI scuole primarie e per OVER anni 55
Giussano - palestra scuola primaria di Via Massimo d'Azeglio**

per informazioni: Ufficio sport

Piano: primo - Orario di ricevimento: dal Lunedì al Venerdì dalle ore 8.30 alle ore 12.30
tel. 0362/358228 - fax. 0362/358253 - e-mail: sport@comune.giussano.mb.it

GINNASTICA DI MANTENIMENTO

GIUSSANO: Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria

LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 20.00 alle ore 21.00

LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 21.00 alle ore 22.00

BIRONE Scuola primaria "S. Filippo Neri" - Via San F. Neri, 32

LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 20.00 alle ore 21.00

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 **€ 75,00**

GINNASTICA DOLCE PER LA TERZA ETA'

Età minima 50 anni

GIUSSANO: Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria

LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 14.00 alle 15.00

LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 15.00 alle 16.00

LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 16.00 alle 17.00

GIUSSANO: Scuola Secondaria di I° grado "A. da Giussano"

LUNEDI' e MERCOLEDI' - dalle ore 16.30 alle 17.30

ROBBIANO: Nuova palestra di Via Longoni

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 I° 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 **€ 30,00**

in collaborazione con i Maestri ANMB Franca e Piero Redaelli

CORSO DI BALLI SOCIALI/DI GRUPPO/CARAIBICI - GRATUITO

per bambini scuole primarie

GIUSSANO: Scuola primaria "Gabrio Piola" - Via M. d'Azeglio

GIOVEDI' - dalle ore 17.00 alle ore 18.00

CORSO DI BALLI SOCIALI/DI GRUPPO/CARAIBICI - GRATUITO

per OVER 55

GIUSSANO: Scuola primaria "Gabrio Piola" - Via M. d'Azeglio

GIOVEDI' - dalle ore 18.00 alle ore 19.00

GINNASTICA DOLCE PER LA TERZA ETA'

in collaborazione con i Centri Anziani

GIUSSANO c/o SEDE: MARTEDI'/ 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 **€ 30,00**

CORSO DI AEROBICA - età minima 14 anni

GIUSSANO: Scuola primaria "Carlo Porta" - Via Alessandria

LUNEDI' e GIOVEDI' - dalle ore 19.00 alle ore 20.00

La quota di iscrizione e di partecipazione per ogni corso, comprensiva di assicurazione per rischio di invalidità permanente o morte, è di **€ 75,00**

CORSI DI YOGA - max 15 iscritti per corso

GIUSSANO: Scuola primaria "Gabrio Piola" - Via M. d'Azeglio

MARTEDI' - dalle ore 18.00 alle ore 19.00

Centro Anziani - Via Addolorata - Giussano

GIOVEDI' - dalle ore 21,15 le ore 22,15

PILATES - max 15 iscritti per corso

GIUSSANO - Centro Anziani - Via Addolorata - Giussano

MERCOLEDI' - dalle ore 21.15 alle ore 22.15

GIOVEDI' - 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 **€ 75,00**

DURATA DEI CORSI

1° CORSO : dal 5 Ottobre 2010 al 31 Gennaio 2011

2° CORSO : dal 1° Febbraio 2011 al 31 Maggio 2011

CIASCUN CORSO VERRA' AVVIATO

SOLO CON UN MINIMO DI N° 10 ISCRITTI

ISCRIZIONI presso il Comune di Giussano - UFFICIO SPORT

dal Lunedì al Venerdì dalle ore 8.30 alle ore 12.30

1° CORSO dal 27 Settembre 2010 - 2° CORSO dal 24 gennaio 2011

ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE E' OBBLIGATORIA LA PRESENTAZIONE DI: certificato medico per attività non agonistica e codice fiscale