

# Corsi stagione 2017/2018 adulti

# Scanzo Sport



## Ginnastica dolce

**Quando** Martedì e giovedì dalle 16.30 alle 17.30 **dal 03.10.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Pascoli" di Scanzorosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Ref. Natalia Zanotti 339.599211



## Ginnastica vertebrale

**Quando** Mercoledì e venerdì dalle 09.00 alle 10.00 e dalle 10.15 alle 11.15 **dal 20.09.2017**  
**Dove** Sala polivalente di Negrone  
**Per chi** Adulti (iscrizioni 13/15 settembre dalle 09.00 alle 11.00)  
**Costo** 1° ciclo € 80,00 - 2° ciclo € 85,00 (per corso)  
**Contatti** Ref. Annalisa Casali 333.6403823



## Ginnastica posturale

**Quando** Lunedì dalle 19.30 alle 20.30 / Giovedì dalle 20.00 alle 21.00 **dal 18.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "De Sabata" di Tribulina  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 160,00 (2 lezioni a sett.)  
 € 100,00 (1 lezione a sett.) a quadrimestre  
**Contatti** Istruttrice Andrea Carrara 340.4729020



## Bioenergetica

**Quando** Giovedì dalle 19.00 alle 20.00 **dal 21.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "De Sabata" di Tribulina  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 120,00 a quadrimestre  
**Contatti** Centro consueing Integrato 348.7754747



## Pilates - Spiral

**Quando** Venerdì dalle 20.30 alle 21.30 **dal 22.09.2017**  
**Dove** Sala Polivalente di Negrone  
**Per chi** Adulti/ragazzi  
**Costo** € 90,00 a quadrimestre a corso  
**Contatti** Istruttrice Yolisa Fuentes 349.8550377



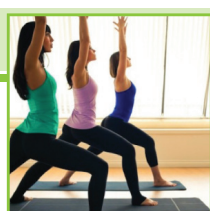
## Pilates + Gag

**Quando** Martedì e giovedì dalle 9.30 alle 11.30 **dal 19.09.2017**  
**Dove** Sala Polivalente di Negrone  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 210,00 annuali (open tutti i corsi Sport Time)  
**Contatti** Istruttrice Maria Luisa Del Prato 366.2279966



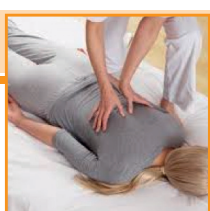
## Yoga

**Quando** Lunedì dalle 9.00 alle 10.30  
 Giovedì dalle 20.30 alle 22.00 **dal 21.09.2017**  
**Dove** Sala Polivalente di Negrone  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 125,00 a quadrimestre a corso  
**Contatti** Istruttrice Susanna Rasmò 340.5441128



## Fly Yoga

**Quando** Lunedì dalle 19.00 alle 20.00 **da febbraio 2018**  
**Dove** Palestra scuola primaria "Aldo Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Importo da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Istruttrice Valentina Lancia 339.2254456



## Shiatsu

**Quando** Lunedì dalle 19.00 alle 21.00 **dal 02.10.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Importo da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Ref. Franco Pasi 333.3588159



## Corpo sensibile *tecniche di massaggio*

**Quando** Mercoledì dalle 19.30 alle 21.00 **dal 27.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Importo da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Ref. Susanna Vicenzetto 328.6522033



## Dance for love *meditazione, stretching, danza*

**Quando** Mercoledì dalle 18.30 alle 19.30 **dal 27.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adolescenti/adulti  
**Costo** Importo da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Ref. Susanna Vicenzetto 328.6522033



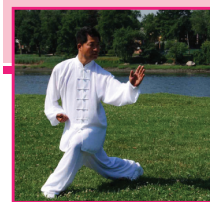
## Scuola di ballo *tango argentino - liscio con stile*

**Quando** Giovedì dalle 20.00 alle 21.00 (tango argentino)  
 Giovedì dalle 21.00 alle 22.00 (liscio con stile) **dal 07.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Pascoli" di Scanzorosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 40,00 mensili + € 10,00 assicurazione  
**Contatti** Istruttore Mauro Manessi 329.7432621



## Scuola di ballo *Boogie woogie - rock and roll - salsa - bachata*

**Quando** Giovedì dalle 20.30 alle 21.30 (boogie woogie - rock and roll)  
 Giovedì dalle 21.30 alle 22.30 (salsa - bachata) **dal 21.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Importo da definire in base alle iscrizioni  
**Contatti** Istruttrice Doris Visitander 340.6539071



## Tai Chi Chuan

**Quando** Giovedì dalle 19.30 alle 20.30 **dal 21.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Aldo Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 150,00 a quadrimestre + € 50 di assicurazione e tesseramento  
**Contatti** Istruttrice Natascia Ferilli 345.3808348



## Aikido

**Quando** Sabato dalle 15.00 alle 16.30 (bambini e ragazzi)  
 Sabato dalle 16.30 alle 18.00 (ragazzi e adulti) **dal 16.09.2017**  
**Dove** Sala Polivalente di Negrone  
**Per chi** Bambini, ragazzi e adulti  
**Costo** € 220,00 annuali compreso tesseramento  
**Contatti** Istruttrice Maria Rovelli 338.3878397



## Yoga adolescenti

**Quando** Mercoledì dalle 17.30 alle 18.30 **dal 27.09.2017**  
**Dove** Palestra Scuola Primaria "Aldo Moro" di Rosciate  
**Per chi** Adolescenti/Adulti  
**Costo** € 85,00 a quadrimestre  
**Contatti** Istruttrice Valentina Lancia 339.2254456



## Hatha yoga

**Quando** Lunedì e martedì dalle 20.00 alle 21.00  
 Mercoledì dalle 20.30 alle 21.30 (Pascoli)  
 Mercoledì dalle 19.00 alle 20.00 (Tribulina) **dal 27.09.2017**  
**Dove** Palestra S. Pr. "Pascoli" di Scanzo  
 Palestra S. Pr. "De Sabata" di Tribulina  
**Per chi** Adulti  
**Costo** € 100,00 a quadrimestre  
**Contatti** Istruttrice Valentina Lancia 339.2254456



## Zumba

**Quando** Mercoledì dalle 20.30 alle 21.30 **dal 20.09.2017**  
**Dove** Sala Polivalente di Negrone  
**Per chi** Adulti/Ragazzi  
**Costo** € 90,00 a quadrimestre a corso  
**Contatti** Istruttrice Yolisa Fuentes 349.8550377



## Corso Presciistica

**Quando** Mercoledì dalle 21.00 alle 22.30 da ottobre a dicembre  
**Dove** Palestra dell'Oratorio di Scanzorosciate  
**Per chi** Adulti  
**Costo** Programma e costi sul sito [www.gapscazzo.net](http://www.gapscazzo.net)  
**Contatti** Gigi Carminati 335.7158274



## Kick Boxing

**Quando** Lunedì dalle 18.00 alle 20.00 / Mercoledì dalle 18.00 alle 21.00  
 Venerdì dalle 18.30 alle 21.00 **dal 11.09.2017**  
**Dove** Palestra Oratorio Scanzorosciate  
**Per chi** Bambini, ragazzi e adulti  
**Costo** € 230,00 annuali per bambini e ragazzi fino a 13 anni  
 € 30,00 mensili per bambini, ragazzi e adulti  
 € 35,00 iscrizione ASD e FIKBMS  
**Contatti** Istruttore Giacomo Barcella 340.1835944