

PROMO FAMIGLIE:

Le attività di:

PALLAVOLO e GINNASTICA ARTISTICA
applicano uno sconto

del **50%**

sull'iscrizione del secondo figlio minorenne.

Lo sconto si applica sull'attività che costa meno.

La quota associativa resta invariata.

**PROMO
NUOVE ISCRIZIONI
PICCOLI
ATLETI**

Prova gratuita fino al 31/12/2025,
con il pagamento della sola
quota associativa (Euro 20,00).
Si consiglia di chiedere ai responsabili
delle attività i costi da Gennaio 2026.
Promozione rivolta alle NUOVE ISCRIZIONI
di ATLETI nelle prime fasce di età per le attività
di Ginnastica Artistica e Pallavolo.
Non cumulabile con sconto secondo figlio.
È obbligatorio presentare il certificato medico
di buona salute in corso di validità.

QUOTA ASSOCIATIVA € 20,00

**È d'obbligo la presentazione di un
certificato medico valido
al momento dell'iscrizione.
Senza il certificato medico
non sarà possibile iscriversi
e l'atleta non potrà svolgere
regolare allenamento o partita/gara.**

Si consiglia, dove è possibile, di inoltrare richieste via mail.
Si ricorda inoltre, che l'iscrizione, per poter essere detratta fiscalmente,
dovrà essere pagata con assegno, bonifico bancario o POS.

Polisportiva San Giorgio

Associazione Sportiva Dilettantistica

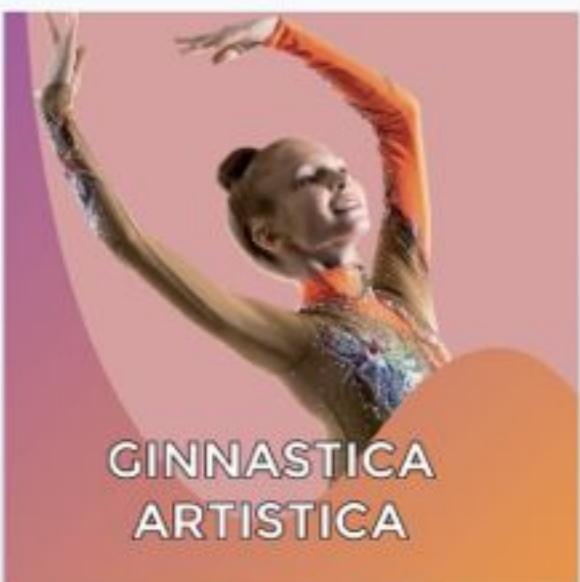


**attività
2025/2026**

inizio attività Settembre 2025

Via Cicogna, 8/D - 20012 CUGGIONO
polisportiva.sangjorgio@gmail.com

**(è consigliabile effettuare le iscrizioni on-line.
Per richieste particolari contattare la segreteria)**



GINNASTICA ARTISTICA

2 h a settimana - MATERNA

320 euro annui

3 h a settimana - CORSO BASE

350 euro annui

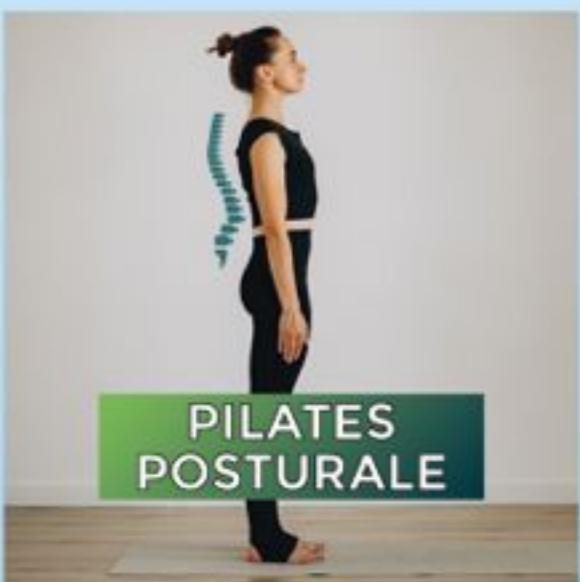
4 h a settimana - CORSO INTERMEDIO/AVANZATO

380 euro annui

6 h a settimana - CORSO AVANZATO

420 euro annui

CUGGIONO PALACOSMEL



PILATES POSTURALE

1 h a settimana - 330 euro annui

venerdì 10,00/11,00

CUGGIONO - SALONCINO ORATORIO - ILARIA



PILATES

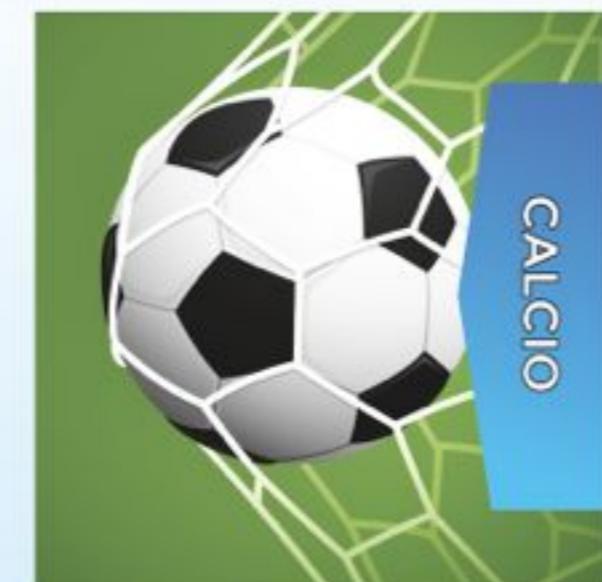
1 h a settimana - 330 euro annui

martedì 18,00/19,00 + 19,00/20,00

giovedì 9,30-10,30 + 18,30/19,30

CUGGIONO - SALONCINO ORATORIO - MONICA

Rivolta ai bambini da 4 anni in su.
Lezioni bisettimanali
Gare agonistiche
Questa disciplina aiuta l'equilibrio, la mobilità articolare e la potenza muscolare.
E' una specialità sportiva tra le più impegnative.



Piccoli Amici 2020/19/18/17

Pulcini 2016/15

PROMOZIONE

CSI CATEGORIA OPEN A

2000 e precedenti

CSI femminile CATEGORIA

ECCELLENZA (dai 16 anni)

190 euro annui

CSI CATEGORIA OPEN D

160 euro annui

CUGGIONO



GINNASTICA DOLCE

1 h a settimana - 220 euro annui

mercoledì 9,00/10,00 + 10,00/11,00

venerdì 9,00/10,00

CUGGIONO - SALONCINO ORATORIO - ILARIA

Questa disciplina rappresenta un antidoto contro la sedentarietà. Attività fisica di basso impatto, stretching, movimenti eseguiti con controllo e rispettando la fisiologia articolare.



PALLAVOLO

Minivolley

Under 12

Under 14 femminile

Under 15 maschile

Under 16 femminile

Under 18 femminile

Libera Mista

Libera Genitori

da 220 euro annui

PALACOSMEL

Palestra comunale BERNATE

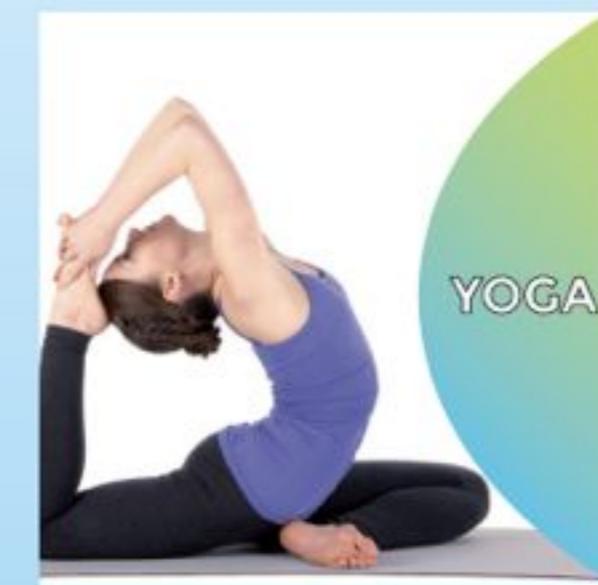
Palestra comunale CUGGIONO



SCI

12 ore con maestro, assicurazione, ski pass e materiale per il corso (rachette, sci e scarponi)

costo da definire



YOGA

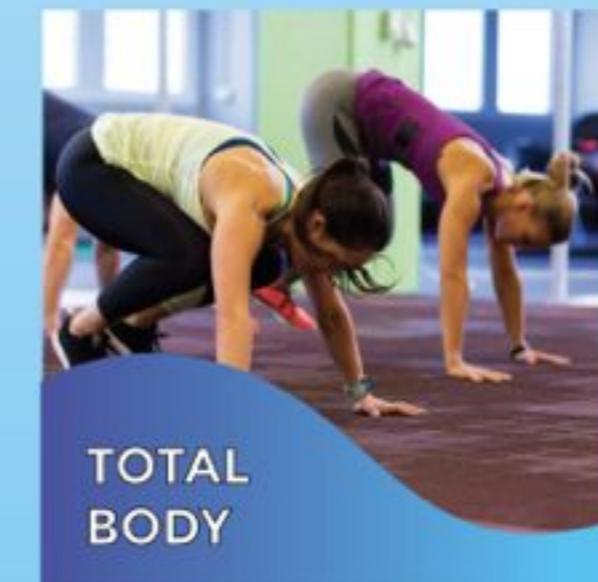
1,5 h a settimana - 330 euro annui

lunedì 19,30/21,00

CUGGIONO - SALONCINO ORATORIO - DARIO



Disciplina che mira, attraverso tecniche fisiche e mentali, al benessere psicologico. Lo yoga aiuta a tonificare e rassodare. Con lo yoga si attivano tutte le fasce muscolari presenti del nostro corpo.



TOTAL BODY

I benefici di un programma total body sono innumerevoli: perdita di peso, tonificazione, miglioramento della resistenza, forza mentale e diminuzione dello stress.

I corsi partiranno solo al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

I corsi nel saloncino potranno ospitare max 15 partecipanti

È possibile iscriversi a più corsi tenuti nel saloncino con sconti sul costo totale

1 h a settimana - 220 euro annui

martedì 20,00/21,00

giovedì 19,30/20,30

CUGGIONO - SALONCINO ORATORIO - MONICA

Il contenuto di questo volantino potrà subire modifiche.