

PROGRAMMA DEI CORSI PER LA STAGIONE 2019-2020

Come anticipato nel numero scorso pubblichiamo, nelle pagine successive 32 e 33, il volantino dei corsi programmati per la stagione 2019/2020.

Chiunque fosse interessato a partecipare deve presentarsi direttamente al corso scelto, anche se già iniziato, ricordando che per ogni corso sono previste un paio di lezioni di prova.

GRUPPO PODISTICO 26^a edizione della "Stralémine"

Il giorno 1 settembre si è svolta la 26^o edizione della "Stralémine" gara podistica non competitiva che richiama sempre tanti appassionati.

Anche questa edizione ha richiamato un buon numero di partecipanti che hanno affrontato il percorso stabilito che toccava le zone più caratteristiche del nostro paese riscuotendo tanto successo.

Ringraziamo tantissimo tutti i volontari che hanno permesso il sereno svolgimento di questa bella manifestazione e ci prepariamo già per la prossima.

Ecco nelle foto alcuni momenti presso il Palalemire.



A.S.D. BALLO ALMENNO SB - Ballo liscio -

Nuove iniziative del 4^o trimestre 2019

Nuova Stagione con nuove idee...

Novità importanti per la nostra Associazione:

- ◆ Siamo in contatto con Antenna3 Lombardia per una nuova partecipazione alla trasmissione di "Voci in Piazza" entro fine anno 2019.
- ◆ Abbiamo preso accordi con gli organizzatori di una importante manifestazione che si svolgerà nel mese di Ottobre 2019 nel centro di Bergamo. La nostra Associazione sarà presente in uno spazio attrezzato, con tappeto in linoleum ed un bravo musicista; si potrà ballare e sentire della buona musica, pubblicheremo la nostra realtà, le sue Serate Danzanti, l'opera di volontariato e la beneficenza.

Vi terremo informati...

NON CERCATE LONTANO...NOI CI SIAMO...VI ASPETTIAMO !

Enzo Rota Presidente A.S.D. Ballo Almenno SB



POLISPORTIVA COMUNALE ALMENNO SAN BARTOLOMEO ASD



CORSI STAGIONE 2019-20



ALMENNO SPORTS



POLISPORTIVA :
Email: polisportivacomunaleasb@alice.it Tel 035 0275911
Lunedì dalle 21,00 / 23,00 Mercoledì dalle 8,30 / 11,30

Buon Anno Sportivo a tutti



AEROBICO

Aeroton
Martedì e Giovedì dalle ore 9,30 alle ore 10,30
presso Palestrina scuole elementari Inizio corsi 11 Settembre

BALLO

Ballo liscio
Lunedì e Martedì dalle ore 20,30 alle ore 22,30
presso palestrina scuole elementari Inizio corsi 30 Settembre

Danza Moderna
Martedì dalle ore 16,15 alle ore 17,15
presso palestrina scuole elementari Inizio corsi 17 Settembre

Zumba
Mercoledì dalle ore 20,00 alle ore 21,00
presso palestrina scuole elementari Inizio corsi 18 Settembre

Danza Caraibiche (salsa cubana, merengue, bachata)
Venerdì dalle ore 20,00 alle ore 21,00
presso palestrina scuole elementari Inizio corsi 20 Settembre

GINNASTICA

Ginnastica artistica
Mercoledì dalle ore 16,30 alle ore 18,30
presso palestrina scuole elementari Inizio 2 Ottobre

Ginnastica artistica scuola ASD Koru
Lunedì dalle ore 16,30 alle ore 18,30
Venerdì dalle ore 16,30 alle ore 17,30
presso palestrina scuole elementari Inizio 23 Settembre

Ginnastica dolce
Martedì e Giovedì dalle ore 16,30 alle ore 17,30
presso palestrina scuole elementari Inizio 17 Settembre

MUSCOLARE

Ginnastica posturale
Lunedì dalle ore 17,00 alle ore 18,00
presso palestrina scuole elementari Inizio 7 Ottobre

Yoga
Giovedì dalle ore 20,00 alle ore 22,00
presso palestrina scuole elementari Inizio 26 Settembre

Pilates
Martedì e Venerdì dalle ore 15,00 alle ore 15,45
presso Palestrina Inizio 17 Settembre

Meditazione posturale
Giovedì dalle ore 18,00 alle ore 19,00
presso palestrina scuole elementari Inizio 3 Ottobre



ARTI MARZIALI

Tai Ji Quan
Mercoledì dalle ore 18,30 alle ore 21,30
presso palestrina scuole elementari Inizio corsi 2 Ottobre

Kung fu per adulti
Lunedì e Giovedì dalle ore 20,30 alle ore 22,30
presso palestra scuole elementari Inizio corsi 9 Settembre

Kung fu per bambini
Lunedì e Giovedì dalle ore 19,00 alle ore 20,00
presso palestra scuole elementari Inizio corsi 9 Settembre

Judo bambini
Martedì e Venerdì dalle ore 18,00 alle ore 19,00
presso palestra scuole elementari Inizio corsi 10 Settembre

Judo ragazzi
Martedì e Venerdì dalle ore 19,00 alle ore 20,00
presso palestra scuole elementari Inizio corsi 10 Settembre

Judo ragazzi e adulti
Martedì e Venerdì dalle ore 20,00 alle ore 21,30
presso palestra scuole elementari Inizio corsi 10 Settembre

Kickboxing
Martedì e Venerdì dalle ore 19,15 alle ore 20,15
presso palestra scuole elementari Inizio corso 1 Ottobre

Metodo Globale Autodifesa
Martedì dalle ore 18,30 alle ore 21,00
presso palestra scuole elementari Inizio corso 1 Ottobre

CONTATTI DELLO SPORT ALMENNESE

AEROTON	Fagiani Carmen	349 7360932
BALLO LISCIO	Rota Enzo	345 8240544
BASKET	Bonacina Luca	333 7128836
CALCIO ALBENZA	Codognola Lorenzo	338 9979052
CALCIO LEMINE ALMENNO	Locatelli Giambattista	347 9035813
CICLISMO	Amigoni Mario	345 8885304
GINNASTICA ARTISTICA	Chimela Barbara	338 5033744
GINN. ART. KORU	Claudia Guarnoni	348 2821464
GINNASTICA DOLCE	Botti Jose	347 6354219
GINNASTICA POSTURALE	Austoni Marco	339 2722403
GRUPPO DEL CAMMINO	Rota Renato	333 3100814
HIP HOP	Silvia	349 4353893
JUDO	Calafati Gabriele	392 9600844
KUNG FU	Rossi Alberto	338 7091661
PALLAVOLO LEMEN VOLLEY	Bassani Guido	338 8012626
PESCA	Morlotti Danila	348 3776911
PILATES	Mazzoleni Tiziana	349 7513863
PODISMO	Locatelli Osvaldo	366 5322923
TAI JI QUAN	Monica	339 1701756
YOGA	Giambarini	035 574647
ZUMBA	Silvia	349 4353893
MEDITAZIONE POSTURALE	Sara Tironi	338 3378017
BALLI CARAIBICI	Giusj	333 5235127

CORSI POLISPORTIVA STAGIONE 2019-20