

MAPPA DEI CORSI

	BOCCALEONE	CLEMENTINA B.GO PALAZZO	MALPENSATA	ALTRE ATTIVITÀ/SEDI
BAMBINI/RAGAZZI				
IL GIOCO DELLE EMOZIONI (Psicomotricità 3/6 anni)	■			
PALLA AL CENTRO Giochi di gruppo per bambini		■	■	
KARATE	■		■	
GINNASTICA ARTISTICA	■	■	■	
MINIBASKET			■	
HIP HOP		■		
ADULTI				
AEROBICA + TONIFICAZIONE			■	
GINNASTICA GAG	■			
GINNASTICA DOLCE		■	■	

	BOCCALEONE	CLEMENTINA B.GO PALAZZO	MALPENSATA	ALTRE ATTIVITÀ/SEDI
ADULTI				
GINNASTICA VERTEBRALE		■		
YOGA		■	■	■
PILATES		■	■	
ALLENAMENTO FUNZIONALE		■		
ZUMBA	■			
BALLO			■	
MAMBO ROCK				■
CALCIO AMATORI				■
TAI CHI-QI GONG				■
PALLAVOLO				■
PALLACANESTRO				■
GINNASTICA DOLCE Metodo Feldenkrais				■

Palestra Scuola primaria **SAVIO**

Via Isabello - Bergamo

Attività	Giorno/ore	Insegnante	n° ore		OPEN DAY 2019 e PREISCRIZIONI
			sett.li	anno	
Zumba	Lunedì 20.00/21.00 Mercoledì 19.30/20.30	Federica Dodesini	2	-- *	Lunedì 30 Settembre c/o Parco Malpensata
Il gioco delle emozioni psicomotricità 3/6 anni	Martedì - 16.30/17.30	Martina Gamba	1	-- *	Martedì 24 Settembre
Ginnastica GAG	Martedì/Venerdì - 18.00/19.00	Del Prato M. Luisa	2	61	Martedì 24 Settembre
Karate bambini	Giovedì - 16.30/18,30	Laura Bellotto	2	64	Giovedì 26 Settembre
Ginnastica artistica	Venerdì - 16.30/18.00	Miriam Carra	1.30	45	Venerdì 28 Settembre

* Questi corsi non hanno durata annuale ma sono suddivisi in periodi diversi (info dal responsabile in palestra)

Palestra Scuola primaria **VALLI**

Via Rovelli - Bergamo

Attività	Giorno/ore	Insegnante	n° ore		OPEN DAY 2019 e PREISCRIZIONI
			sett.li	anno	
Ginnastica dolce	Lunedì/Venerdì - 16.30/17.30	Del Prato M. Luisa	2	59	Venerdì 27 Settembre
Ginnastica artistica	Martedì - 16.30/18.00	Elena Rubini	1.30	46.30	Martedì 24 Settembre
Hip-Hop	Mercoledì - 16.30/17.30	Alina Macovei	1	32	Mercoledì 25 Settembre
Ginnastica vertebrale	Mercoledì - 18.30/19.30	Nicoletta Lupini	1	-- *	Mercoledì 25 Settembre
Palla al centro Giochi di gruppo per bambini	Giovedì - 16.30/17.30	Martina Gamba	1	-- *	Giovedì 26 Settembre
Yoga	Venerdì - 18.00/19.30	Angela Occioni	1.30	45	--

Spazio **Body&Mind**

Via Serassi 1M (condominio "Le Canarie") - Bergamo

Pilates	Martedì - 12.45/13.45	Alina Macovei	1	-- *	Martedì 24 Settembre
Allenamento funzionale	Giovedì - 12.45/13.45	Alina Macovei	1	-- *	Giovedì 26 Settembre

* Questi corsi non hanno durata annuale ma sono suddivisi in periodi diversi (info dal responsabile in palestra)

Palestra Scuola primaria **DON BOSCO**

Via Furietti - Bergamo

Attività	Giorno/ore	Insegnante	n° ore		OPEN DAY 2019 e PREISCRIZIONI
			sett.li	anno	
Palla al centro Giochi di gruppo per bambini	Lunedì/Giovedì - 16.30/17.30	Elena Rubini	2	-- *	Lunedì 30 Settembre
Ginnastica dolce	Lunedì/Giovedì - 17.30/18.30	Michele Semperboni	2	61	Lunedì 30 Settembre
Pilates e Mantenimento	Lunedì/Giovedì - 19.30/19.30	Nicoletta Lupini	2	61	Lunedì 30 Settembre
Yoga	Lunedì - 19.30/21.00	Giusy Fabbri	1.30	43.30	Lunedì 30 Settembre
Karate bambini	Martedì/Venerdì - 16.30/17.30	Franco Oldoni	2	61	Martedì 24 Settembre
Ginnastica artistica	Mercoledì - 16.30/18.30	Elena Rubini	2	64	Mercoledì 25 Settembre
Ballo	Giovedì - 21.00/22.30	Antonio Maffeis	1.30	-- *	Giovedì 26 Settembre
Aerobica + Tonificazione	Venerdì - 18.00/18.45	Alina Macovei	0.45	13.30	Venerdì 27 Settembre
Pilates	Venerdì - 18.45/19.30	Alina Macovei	0.45	13.30	Venerdì 27 Settembre

Palestra Scuola secondaria **LOTTO**

Via Tadini - Bergamo

Minibasket	Mercoledì - 16.30/18.00		1.30	48	
-------------------	--------------------------------	--	------	----	--

* Questi corsi non hanno durata annuale ma sono suddivisi in periodi diversi (info dal responsabile in palestra)

Sezioni e Gruppi Autogestiti

Attività	Giorno/ore	Insegnante	n° ore	
Sez. Mambo Rock Ballo liscio e caraibici con ballo di gruppo Boogie Woogie	Martedì - 21.00/22.30	Primaria Savio	Antonio Maffeis	035.944052
Tai Chi-Qi Gong Open Day (principianti) Martedì 24 Settembre	Martedì - 9.45/11.00 - 18.00/19.15 Mercoledì - 11.00/12.00 Lunedì - 16.00/17.15	Spazio Colibrì Bergamo Campagnola Via Montale 7	Carolina Pepe	328.6382234 www.taichiqigong-spaziolento.it
Qi Gong Open Day Mercoledì 25 Settembre (principianti) Open Day Venerdì 27 Settembre	Mercoledì - 11.00/12.00 Venerdì - 13.00/14.00	Spazio Desha Bergamo - via Pignolo 50		
Ginnastica dolce (Metodo Feldenkrais)	Mercoledì - 18.00/19.00	Spazio BENessere Chiuduno	Eleonora Benicchio	347.6933120
Yoga	Mercoledì - 20.00/21.00			
Sezione Pallacanestro	Mercoledì - 21.00/22.30	Media "Camozzi" - Zona Stadio	Togni Enrico	320.4794678
Sezione Pallavolo	Giovedì - 21.00/22.30	Media "Nullo" - Longuelo	Maurizio Malvezzi	335.297277
Sezione Calcio - Categ. Amatori (partita)	Sabato 17.00/19.00	Campo via Pizzo Scais	Alessandro Burgio	333.9857250
Categ. Amatori (allenamento)	Mercoledì 20.00/22.00	Campo via Rovelli		