

n.04

luglio 2018



**UISP**

sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia

turismo | sport | ambiente

# TEMPO LIBERO

## CORSI E ATTIVITÀ SPORTIVE 2018/2019

Una nuova stagione di sport con  
UISP e le associazioni sportive

### Corsi acqua

I nuovi corsi in tutte le piscine  
della città

### Atelier del corpo in movimento

Corsi di attività ludico-motoria  
per bambini 2-5 anni

### Lo sport che mantiene giovani

Attività speciali, A.F.A. e  
ginnastica dolce





**Let's Dance**<sup>®</sup>

CENTRO PERMANENTE DANZA  
ASSOCIAZIONE SPORTIVA, DILETTANTISTICA, CULTURALE E SOCIALE



# SETTIMANA OPEN DAL 10 AL 15 SETTEMBRE 2018

## WEEK END OPEN FLY\* 15/16 SETTEMBRE 2018

\* week end dedicato al Bungee Fly con prove ogni ora

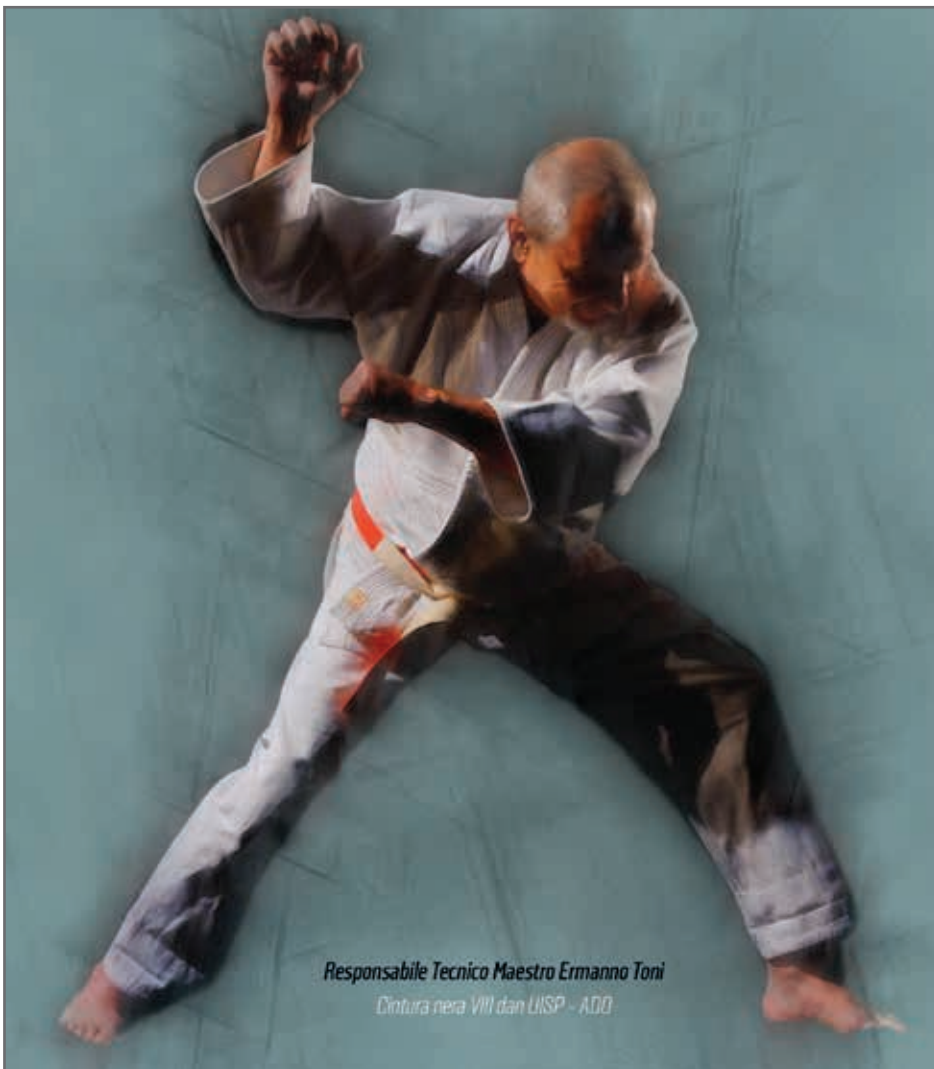
### APERTURA SEGRETERIA

1 Settembre 2018 dalle 9.00 alle 13.00  
dal 3 al 8 settembre 2018 dalle 16.00 alle 19.00  
dal 10 settembre dal Lun al Ven 15.30 - 21.30

Attività Riservata Ai Soci

[WWW.LETSDANCE.IT](http://WWW.LETSDANCE.IT) INFO@LETSDANCE.IT SEGUICI SU  

VIA XX SETTEMBRE 1/A 42124 REGGIO EMILIA TEL.0522/516801



Responsabile Tecnico Maestro Ermanno Toni  
Cintura nera VIII dan UISP - ADD



**CENTRO STUDI JUDO ASD**  
ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

UNICITÀ & SINCERITÀ  
LA VIA DEL TATAMI

**OPERA SUL TERRITORIO REGGIANO DA OLTRE 30 ANNI**

Nel corso degli anni la nostra caratteristica principale è diventata la pratica del Judo sempre più vicina ai valori originali: "insieme per migliorare insieme". I nostri corsi differenziati per fascia d'età e stili diversi secondo le esigenze, (dai 3 anni agli...) si rivolgono alla persona attraverso una visione includente: judo per abili e diversamente abili, per la realizzazione della cultura e della pratica dello "sport per tutti" nessuno escluso. Il Centro Studi Judo ASD ha ottenuto il riconoscimento dalla Regione Emilia-Romagna di Palestra Etica, aderendo al progetto Palestre Sicure - Prevenzione e Benessere.

### ORARI SEGRETERIA

01 SETTEMBRE 2018 ..... 09:00 - 13:00  
DAL 03 SETTEMBRE AL 08 SETTEMBRE 2018 ..... 16:00 - 19:00  
DAL 10 SETTEMBRE 2018 DAL LUN AL ..... 15:30 - 21:30

**INIZIO CORSI DAL 3 SETTEMBRE 2018**

C/O LET'S DANCE  
CENTRO PERMANENTE DANZA

VIA XX SETTEMBRE 1/A RE  
TEL. 338 8487524 - 0522 516801





# BUONI MOTIVI PER CONTINUARE A MUOVERSI CON UISP



Si chiude un'altra stagione ad alta intensità per la nostra Associazione, ma non c'è tempo di fermarsi perché incombono nuovi appuntamenti e nuove attività in questo 2018 in cui Uisp celebra il suo 70° compleanno.

Il Presidente Azio Minardi


Dopo l'evento in Sala del Tricolore con la presenza di tante autorità, amici, soci, collaboratori, ci saranno altri momenti di festa e di diffusione della bella mostra fotografica "Una certa idea di sport" con l'impegno di valorizzare il nostro patrimonio storico-culturale. Poi via libera a una nuova stagione, nella quale il nostro obiettivo rimane lo stesso: inseguire le vostre passioni e organizzare il vostro tempo libero al meglio, ampliando gli orizzonti oltre lo sport per dedicare le nostre competenze e professionalità a migliorare gli stili di vita e il benessere delle comunità in cui viviamo. Per questo collaboriamo con enti pubblici, privati e con il mondo dell'associazionismo perché, così come crediamo fortemente nella coesione sociale e nel sostegno a chi rimane solo, siamo convinti che non esistano ricette esclusive ma il piacere e la voglia di confrontarsi, di mescolarsi e di contaminare le esperienze.

Lo abbiamo pensato e praticato con tante belle iniziative partecipate, tra cui "Camminamenti-Menti in cammino", "Mondialtri", Uisp Sport Fun alla Vasca di Corbelli, Vivicittà, la palestra a cielo aperto del Campus San Lazzaro, l'esperienza di A-Gym. Esperienze diverse tra loro - in cui le discipline sportive, e il movimento più in generale - sono il mezzo e non il fine. Il mezzo per riflettere sulla storia e il territorio di cui facciamo parte, per incontrare altre culture, per scoprire la versatilità degli spazi aperti, per vivere la città e i parchi sotto un altro punto di vista, per dare a tutti l'opportunità di assaporare il piacere di muoversi stando insieme. Nella nuova stagione sportiva che ci attende, continueremo a inventarci buone occasioni per fare sport augurandoci che voi possiate continuare a trovare almeno un buon motivo per farlo insieme a noi.

N.4 | LUGLIO 2018

## TEMPO LIBERO UISP

Periodico di cultura sportiva e turismo sociale

SEGUICI SU:    

Iscrizione al Registro Nazionale della Stampa presso il Tribunale di Reggio Emilia n. 575 del 11/06/1984

Direttore Responsabile  
Federica Imbrogli  
Redazione  
Naila Blal  
Proprietario  
Azio Minardi  
Editore  
UISP Reggio Emilia

Numero chiuso il 11 Luglio 2018

Progetto grafico e impaginazione: Erika Prezioso | fluid Lab. - [www.erikaprezioso.it](http://www.erikaprezioso.it)  
Stampa: La Fotolito - via Romana, 42 - 42028 Poviglio (RE) - [www.lafotolito.eu](http://www.lafotolito.eu)  
Fotografie: N. Blal, F. Bonacini, G. Ferretti, F. Imbrogli, S. Morelli, M. Sala, J. Incerti Telani.

TUTTE LE ATTIVITÀ SONO RIVOLTE AI SOCI

UISP COMITATO TERRITORIALE DI REGGIO EMILIA  
via A. Tamburini, 5 int. 6 - 42122 Reggio Emilia  
tel. 0522.267211 [reggioemilia@uisp.it](mailto:reggioemilia@uisp.it)  
[www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)

ORARIO AL PUBBLICO DAL 20 AGOSTO  
Lunedì, Martedì, Giovedì, Venerdì 8.30-13.00 | 15.00-18.30.  
Mercoledì 15.00-18.30. Sabato a partire dal 1 settembre 9.00-12.30. Chiuso per ferie da Lunedì 6 a Sabato 18 Agosto.

a.s.d. centro studi danza

# EIDOS



**Corsi di danza classica, moderna e hip hop**  
per bambini e adulti, ad indirizzo amatoriale, ad avviamento  
professionale, di ginnastica posturale, mat-work e  
**GYROKINESIS®**. Preparazione per concorsi e audizioni,  
stages e master class con Maestri ospiti.

**Centro Studi Danza**  
Via Lago Calamone, 6 - Reggio Emilia - Tel 0522/326203  
e-mail: [info@eidosdanza.it](mailto:info@eidosdanza.it)

Iscrizioni a.a. 2018/19  
dal 10 settembre 2018

Info e Orari su:  
[www.eidosdanza.it](http://www.eidosdanza.it)



# ACQUA



Gioco, apprendimento, esercizio, rilassamento e cura. L'acqua è la migliore alleata della nostra vita. Non è mai troppo presto né troppo tardi per cominciare e non c'è alcun motivo per smettere. UISP ed Equipe Sportiva organizzano corsi in acqua in tutte le piscine di Reggio Emilia. Trovate quello che fa per voi e scoprite da soli i benefici che un "pizzico" d'acqua può portare alla vostra vita.

## ACQUATICITA' IN GRAVIDANZA

Esercizi di rilassamento per le future mamme e il loro bebè.

PISCINA	GIORNI	ORARI
Gattalupa	Martedì	12:20-13:10
Gattalupa	Venerdì	14:50-15:40

## PRIMI PASSI IN PISCINA 0-3 ANNI

Corsi di nuoto prenatale con bambini accompagnati da un genitore.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO
Gattalupa	Martedì	11:30-12:20	18/09/18 02/02/19
Gattalupa	Martedì	15:40-16:30	18/09/18 02/02/19
Gattalupa	Sabato	10:40-11:30 / 11:30 - 12:20	18/09/18 02/02/19

## IMPARARE A NUOTARE GIOCANDO CORSI NUOTO PER BAMBINI

Corsi di avvicinamento al nuoto per bambini da 2 ai 8 anni.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO
Gattalupa	Lunedì	15:40-16:30 / 16:30-17:20	17/09/18 02/02/19
		15:40-16:30	
	Martedì	*possibilità di abbinare corso 0/3 anni e corso bimbi nella stessa fascia oraria	17/09/18 02/02/19
	Martedì	16:30-17:20 / 17:20-18:10	17/09/18 02/02/19
	Mercoledì	15:40-16:30 / 16:30-17:20 / 19:00-19:50	17/09/18 02/02/19
	Giovedì	15:40-16:30 / 16:30-17:20	17/09/18 02/02/19
	Venerdì	15:40-16:30 / 16:30-17:20	17/09/18 02/02/19
	Sabato	14:50-15:40 / 15:40-16:30	17/09/18 02/02/19



## QUALE CERTIFICATO MEDICO?

SE VUOI PARTECIPARE A CORSI E ATTIVITA' UISP (ESCLUSI QUELLI A.F.A.)

### CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO:

Rilasciato da un centro specializzato o dal proprio medico di medicina generale, che valuterà eventuali accertamenti prima del rilascio.

SE INVECE PARTECIPI A GARE E DISCIPLINE AGONISTICHE

**CERTIFICATO MEDICO AGONISTICO:**  
visita medica con esami sotto sforzo.

## CORSI PER SOLE DONNE

Un corso riservato esclusivamente a un pubblico femminile dove anche il personale della piscina è rosa per garantire e tutelare uno spazio intimo in cui tutte possono sentirsi a proprio agio nel rispetto di ogni cultura e religione. Il progetto, nato da una collaborazione tra Uisp e Mondinsieme, giunge nel 2018 alla sua sesta edizione con lo scopo di estendere la partecipazione all'attività sportiva in acqua a tutte le cittadine reggiane che, per motivi antropologici e culturali, vivono da sempre un senso di esclusione da strutture e offerte sportive per un puro senso di pudore.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO	ATTIVITÀ
Gattalupa	Giovedì	9:00-9:50	20/09/18 31/01/19	Acquagym



# REGGIANA NUOTO

DAL 1947 L'ACQUA A 360 GRADI



# OPEN DAYS

## STAGIONE 2018/19

### DAL 17 AL 29 SETTEMBRE

VIENI A TROVARCI NELLE NOSTRE GIORNATE OPEN. PUOI TROVARCI DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ IN PISCINA MELATO, PISCINA GATTALUPA E PISCINA FILIPPO RE. POTRAI SCEGLIERE TRA SVARIATE ATTIVITÀ IN QUANTO SIAMO L'UNICA SOCIETÀ A REGGIO EMILIA CHE PROPONE GLI SPORT ACQUATICI IN TUTTE LE LORO SFACCETTATURE. DA NOI POTRAI PRATICARE NUOTO PER NEONATI, BAMBINI, RAGAZZI E ADULTI, PALLANUOTO, TUFFI, NUOTO SINCRONIZZATO, ACQUAGYM, ACQUABIKE, NUOTO IN GRAVIDANZA, NUOTO AGONISTICO E MASTER.

## PRENOTA LA TUA PROVA GRATUITA TELEFONANDO ALLO 0522 552096

PER MAGGIORI INFO VISITA IL SITO [REGGIANANUOTO.COM](http://REGGIANANUOTO.COM)



## RIABILITAZIONE IN ACQUA MOTORIO E NEUROLOGICO

Attività in collaborazione con il centro FISIOEMME

Recupero funzionale in acqua indicato come attività post-operatoria, riabilitazione post-infortunio o mantenimento di patologie degenerative.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO	
Gattalupa	Martedì	14:00-14:50 - Motoria	18/09/18	02/02/19
	Mercoledì	12:20-13:10 - Motoria	18/09/18	02/02/19
	Giovedì	14:00-14:50 - Motoria	18/09/18	02/02/19
	Giovedì	14:50-15:40 - Neurologica	18/09/18	02/02/19
	Sabato	14:00-14:50 - Motoria	18/09/18	02/02/19

## ACQUAGYM - HYDROBIKE - Esercizi in acqua a corpo libero o con attrezzi per sentirsi in forma tutto l'anno.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO	ATTIVITÀ	
Gattalupa	Lunedì	19:00-19:50	17/09/18	01/02/19	Acquagym
	Lunedì	19:50-20:40	17/09/18	01/02/19	Hydrobike
	Mercoledì	13:10-14:00	17/09/18	01/02/19	Hydrobike
	Mercoledì	14:00-14:50	17/09/18	01/02/19	Acquagym
	Mercoledì	19:50-20:40	17/09/18	01/02/19	Acquagym
	Mercoledì	20:40-21:30	17/09/18	01/02/19	Hydrobike
	Venerdì	19:50-20:40	17/09/18	01/02/19	Hydrobike
	Venerdì	20:40-21:30	17/09/18	01/02/19	Acquagym

## NUOTO ADULTI - Corsi di nuoto per per tutti i livelli.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO
Melato vasca da 50 metri	Lunedì	13:10-14:00	17/09/18
	Mercoledì	14:00-14:50	17/09/18
Melato 25 metri	Venerdì	14:00-14:50	17/09/18
Gattalupa Principianti	Lunedì	20:40-21:30	17/09/18
	Venerdì	19:00-19:50	17/09/18

## ATTIVITA' MOTORIA IN ACQUA (AREA BENESSERE) - Il bello del nuoto e della ginnastica in acqua a tutte le età.

PISCINA	GIORNI	ORARI	PERIODO	ATTIVITÀ	
Melato 25 metri	Lunedì	9:00- 9:50	17/09/18	01/02/19	Nuoto e Gym
	Mercoledì	9:00- 9:50	17/09/18	01/02/19	Nuoto e Gym
	Venerdì	9:00- 9:50	17/09/18	01/02/19	Nuoto
Gattalupa	Lunedì	9:00 -9:50 / 9:50-10:40 / 10:40-11:30	17/09/18	01/02/19	Gym
	Mercoledì	8:10-9:00 / 9:00-9:50 / 11:30-12:20	17/09/18	01/02/19	Gym
Filippo Re	Lunedì	9:00-9:50	17/09/18	01/02/19	Nuoto
	Lunedì	9:50-10:40	17/09/18	01/02/19	Gym
	Venerdì	9:00-9:50	17/09/18	01/02/19	Nuoto
	Venerdì	9:50-10:40	17/09/18	01/02/19	Gym

# CORSI SUB

DAL 1991, A REGGIO EMILIA



**VUOI ISCRIVERTI ON LINE?  
WWW.SCUBADVENTURES.COM**

@ **INFO@SCUBADVENTURES.COM** ☎ **342.3275889**



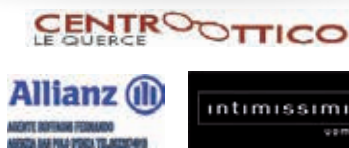
## INFO POINTS

**DIVING CENTER**  
Via Che Guevara 53/I, RE  
**GRANDE BLU**  
Viale Piave 1/m, RE

SCARICA  
LA NOSTRA APP



SEGUICI  
SU



**Catellani snc**  
PERFETTI  
con Nello  
Agenzia per  
REGGIO EMILIA  
e MODENA



Scuola di Arti Marziali e Discipline Orientali



Associazione Sportiva Dilettantistica

**FORZA ED EQUILIBRIO  
AL TUO BENESSERE**

Sede e segreteria: via Monari 21 - Reggio E.  
Succursale: via Gorizia 12 - Reggio E.

**PRENOTA LA TUA SETTIMANA  
DI PROVA GRATUITA**

dal lunedì al venerdì 16:30-20:30  
tel. 0522-556297 email: info@shodan.it

guarda sul nostro sito gli orari di segreteria  
**WWW.SHODAN.IT**

### ARTI MARZIALI:

AIKIDO  
GOJU RYU KARATE  
OKINAWA KOBUDO  
KUNG FU WUSHU  
TAEKWONDO  
KENDO  
IAIDO  
JODO  
DAITO-RYU AIKIJUJUTSU  
DIFESA PERSONALE  
AUTODIFESA SHOREIKAN

### DISCIPLINE ORIENTALI:

YOGA  
HATHA YOGA  
TAI JI QUAN  
QI GONG

### CORSI SPECIFICI PER BAMBINI E RAGAZZI:

AIKIDO  
BABY TAEKWONDO  
TAEKWONDO  
KUNG FU  
KENDO  
KARATE  
AUTODIFESA

Scuola di Arti Marziali  
Shodan a.s.d.



palestrashodan







# L'ATELIER DEL CORPO IN MOVIMENTO

Corsi e proposte di attività ludico-motoria per bambini e bambine a partire da 2 fino a 6 anni.

## BOTTEGA DELLE CAPRIOLE (2-3 anni)

La Bottega è un piccolo mondo dove il bambino sviluppa gli schemi motori di base attraverso attività individuali o di gruppo. Il corso permette al bambino di entrare in contatto con i coetanei, favorendo la socializzazione durante il gioco, e rispettando le tappe evolutive: bisogni, interessi e tempi di apprendimento del singolo bambino. Il pieno coinvolgimento avviene attraverso la narrazione

di storie utilizzate come contesto per lo svolgimento delle attività di gioco e dei percorsi proposti. La fantasia del bambino è coinvolta e stimolata tramite proposte di percorsi aperti, liberi e chiusi ed attività che permettono la sperimentazione libera di diversi attrezzi, all'interno di un contesto guidato da un istruttore qualificato. È prevista la presenza costante e attiva di un genitore durante il corso.



PALESTRA	GIORNI	ORARI	PERIODO	N.LEZIONI
Pezzani, via Wybicki	Martedì	17:00 - 17:50	Dal 25/09/2018 al 18/12/2018 Dal 08/01/2019 al 02/04/2019	13
Pezzani, via Wybicki	Giovedì	17:00 - 17:50	Dal 27/09/2018 al 10/01/2019 Dal 17/01/2019 al 11/04/2019	13

## GIOCAMONDO (4-5 anni)

Il gioco è l'elemento centrale di tutti gli incontri. Attraverso il gioco e il movimento il bambino viene stimolato ad attivare ogni parte del suo corpo. Con un attento lavoro di regia, l'istruttore Uisp propone una grande varietà di giochi a carattere motorio: giochi "liberi", imitativi, giochi con regole precise, giochi con attrezzi e svariati materiali, giochi individuali e di gruppo. Giocando impariamo

a conoscere il nostro corpo in relazione con l'ambiente e con gli altri, sviluppiamo attitudini che, da grandi, ci avvicineranno a una o a tante discipline sportive costruendo un bagaglio di esperienze che contribuirà a renderci unici e diversi. L'attività proposta ha come obiettivo quello di ampliare il vissuto motorio ed esperienziale di ogni bimbo.



PALESTRA	GIORNI	ORARI	PERIODO	N.LEZIONI
Pezzani, via Wybicki	Martedì	18:00 - 18:50	Dal 25/09/2018 al 18/12/2018 Dal 08/01/2019 al 02/04/2019	13
Pezzani, via Wybicki	Giovedì	18:00 - 18:50	Dal 27/09/2018 al 10/01/2019 Dal 17/01/2019 al 11/04/2019	13

## GIOCAMONDO IN MUSICA (4-6 anni)

Attività motoria con musica nella quale, tramite il momento ludico, si esplora la propria unità psicofisica e si acquisisce conoscenza, consapevolezza di sé, armonia,

destrezza, coordinazione, immaginazione e creatività con un lavoro giocoso sia individuale sia di gruppo.



PALESTRA	GIORNI	ORARI	PERIODO	N.LEZIONI
Asd Dryade, via Monti	Mercoledì	16:40-17:30	Dal 26/9/2018 al 28/11/2018 Dal 5/12/2018 al 20/2/2019	10

**i** **DISPONIBILITÀ:** Massimo 12 posti per corso. Fino a esaurimento posti disponibili.  
**ISCRIZIONI:** A partire da giovedì 30 Agosto 2018 nella sede UISP di via Tamburini, 5 a Reggio Emilia. **INFO:** UISP tel. 0522 267228 - 267214 progettieducativi@uispre.it. Il CORSO è tenuto da Istruttori Laureati in Scienze Motorie. Tessera UISP obbligatoria € 6,00.

Per queste attività serve il  
**CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO**

# SCUOLA DI MUSICA MUSIC ACADEMY REGGIO EMILIA

## ACCENDI LA TUA PASSIONE...

**ISCRIZIONI APERTE DA  
SETTEMBRE 2018**

**CORSI PER:**

**-PROFESSIONISTI**

**-ADULTI**

**-BAMBINI E RAGAZZI**

**-CANTO**

**-CHITARRA**

**-PIANOFORTE**

**-BASSO**

**-BATTERIA**

**-DJ**

**SALE PROVA**

CONVENZIONE CON



**sportpertutti**

Comitato di Reggio Emilia

AGEVOLAZIONI PER I SOCI

Via F. Bacone, 6 - Masone (RE) - tel. 339-5292797  
www.musicacademyreggioemilia.com - info@musicacademyreggioemilia.com

# LO SPORT CHE MANTIENE GIOVANI

Per queste attività serve il CERTIFICATO MEDICO NON AGONISTICO

Tutte le proposte di attività motoria per mantenersi in forma a prescindere dall'età.

## CORSI DI GINNASTICA DOLCE A REGGIO EMILIA

PALESTRE	GIORNI	ORARI	ISCRIZIONI	QUANDO ISCRIVERSI
Belvedere	Mer - Ven	14:30 - 16:30	Polo Sud	Per conoscere le date di iscrizione presso il Polo Territoriale SUD telefonare in UISP dal 27/08. A partire dal 3/9 le iscrizioni si possono effettuare presso la sede UISP. Sarà anche possibile iscriversi tramite i nostri incaricati che passeranno a inizio attività nelle Palestre.
Rivalta	Mar - Gio	16:00 - 17:00	Via Gandhi	
Bocciofila Tricolore (Via Agosti, 3)	Lun - Gio	9:00 - 10:00	Ufficio UISP Via Tamburini, 5	
Massenzatico	Lun - Gio	14:30 - 15:30	Direttamente palestra inizio attività	
San Prospero	Mar - Gio	14:30 - 16:30	Ufficio UISP Via Tamburini, 5	
Villa Sesso	Lun - Gio	14:30 - 15:30	Direttamente palestra inizio attività	
Pasubio	Lun - Ven	15:00 - 16:00		
Puccini	Lun - Mer	16:00 - 17:00	Ufficio UISP Via Tamburini, 5	
Villa Cella	Mar - Gio	9:00 - 10:00	In palestra a inizio attività	
Cà Bianca	Lun - Gio	16:30 - 18:30		
Circolo Enel	Lun - Gio	8:30 - 10:30		
Sdk (Via Zibordi)	Lun - Gio	8:15-9:15 / 10:15-11:15		
Dryade	Lun - Gio	9:30 - 11:30	Ufficio UISP	
Let's Dance	Mar - Gio	15:30 - 16:30	Via Tamburini, 5	
Nakayama	Mer - Ven	9:00 - 11:00		
Beriv Multisport	Lun - Gio	9:00 - 11:00		
Beriv Multisport	Mer - Ven	15:30 - 16:30		

ISCRIZIONI

dal 3/9

fino a esaurimento posti

## ATTIVITA' SPECIALI A REGGIO EMILIA

Corsi di yoga, pilates e aerobica per migliorare postura e mobilità articolare.

PALESTRE	GIORNI	ORARI	ATTIVITÀ	ISCRIZIONI
Beriv	Mer	10:00 - 11:00	Pilates	Ufficio UISP
Pal. Obiettivo Danza	Mer - Ven	9:30 - 11:30	Pilates Dolce/Avanzato	
Sdk (Via Zibordi)	Mer	8:30 - 10:30	Ginnastica Posturale	
Dryade	Lun - Gio	13:00-14:00 / 14:30-15:30	Circuit Fitness	
Dryade	Mar - Ven	9:30 - 11:30	Aer. Dolce / Aer. Fitness	
Marco Polo	Lun - Gio	15:15 - 17:15	Yoga Posturale	
Beriv	Lun - Gio	11:00 - 12:00	Yoga	
Cityoga	Lun	9:30 - 10:30	Pilates	
C. S. Buco Magico	Mar - Gio	10:00 - 11:00	Yoga Posturale	
A-Gym (Ex Osea)	Lun - Gio	20:00 - 21:15	Hata Yoga Adulti	
A-Gym (Ex Osea)	Mar	18:15-19:30 / 19:45-21:00	Hata Yoga Adulti Principianti	
A-Gym (Ex Osea)	Mar - Ven	21:15 - 22:30	Ginnastica Adulti Total Body	
Pal. Let's Dance	Ven	10:30 - 11:30	Pilates	
Circolo Enel	Mar	9:00 - 10:00	Pilates	
Polveriera	da definire	-	Qi Gong	
Osea	Lun	15:00 - 16:00	Qi Gong	
Circolo Enel	Mar	9:00-10:00	Pilates	

Per chi paga l'intero quadrimestre Ottobre-Gennaio il costo mensile del corso bisettimanale è di € 25,00., Per tutti gli altri la tariffa è di € 33,00 al mese. È richiesta l'iscrizione di minimo 2 MESI: Alle date indicate per l'iscrizione seguirà un secondo turno per la raccolta della quota, che avverrà direttamente nelle palestre. Date e orari saranno comunicati dall'insegnante a inizio attività: Ricordiamo inoltre che per le ISCRIZIONI e il SALDO della prima quota tutti gli iscritti a qualsiasi corso possono recarsi negli uffici UISP dal 03/09/18 negli orari di apertura (vedi pag. 3). Giorni, orari e impianti riportati in tabella potrebbero subire delle variazioni prima dell'inizio dell'attività. Per Info sui Corsi: tel. 0522/267214 Daniele Olivi - d.olivi@uispre.it

Iscrizioni dal 3/9



## CORSI DI GINNASTICA DOLCE IN PROVINCIA

UISP è anche in provincia: cerca la palestra più vicina e non rinunciare all'attività fisica per mantenerti in forma.

PALESTRE	GIORNI	ORARI	ISCRIZIONI	QUANDO ISCRIVERSI
Albinea	Mer- Ven	8:30-9:30	Palestra	Palestra dal 1/10 durante le attività
Barco	Mar - Gio	16:45-17:45	Circolo Arci	
Bibbiano	Mar - Gio	15:30-16:30	Palestra	
Cadelbosco	Mar - Gio	9:00-10:00	Palestra	
Castelnovo	Mar - Ven	8:30-11:30	Palestra	
Caviago	Lun - Gio	8:00-10:00	Ufficio Sport Comune	
Novellara	Mar - Ven	8:30-11:30	Circolo Novellarese	
Quattro Castella	Lun - Gio	10:30-11:30	Palestra	
Rubiera	Lun - Gio	8:30-11:30	Palestra	
	Mar - Ven	15:00-17:00	Palestra	
Palaenza (S. Ilario)	Lun - Gio	14:30-16:30	Palestra	

### PERSONALE ALTAMENTE QUALIFICATO

I nostri corsi sono tenuti solo da personale altamente qualificato. Gli istruttori UISP sono diplomati Isef o Laureti in Scienze Motorie e svolgono una formazione continua sui progetti UISP.



## ATTIVITA' SPECIALI IN PROVINCIA

Corsi di yoga, pilates e aerobica per migliorare postura e mobilità articolare.

PALESTRE	GIORNI	ORARI	ISCRIZIONI	QUANDO ISCRIVERSI
Palaenza (Sant'Ilario)	Ven	17:00 - 18:00	Yoga terapia (Lez. Prova 28/9)	Palestra
	Ven	18:00 - 19:30	Yoga (Lez Prova 28/9)	
	Ven	19:30 - 21:00	Yoga (Lez Prova 28/9)	
Pal. Montecavolo	Lun - Gio	18:00 - 19:00	Aerobica Dolce	Ufficio Uisp o Palestra
	Lun - Gio	11:30 - 12:30	Hata Yoga	
Pal. Borzano	Lun - Ven	10:00 - 11:00	Hata Yoga	
	Mar - Ven	18:00 - 19:00 19:15 - 20:30	Hata Yoga	

# ATTIVITÀ FISICA ADATTATA

In collaborazione con i distretti sanitari AUSL, Azienda Ospedaliera Santa Maria Nuova, Medici di Medicina Generale.

Per queste attività serve il **MODULO A.F.A.**

## A.F.A. MOTORIA

I corsi AFA consistono in protocolli di esercizi che mirano a prevenire e rallentare il progressivo decadimento muscolo-osteo-articolare. Prima dell'iscrizione al corso è necessario rivolgersi al proprio medico curante o a un professionista sanitario che consigli il percorso AFA più adatto. La partenza dei corsi è vincolata al raggiungimento di un numero minimo.

**I corsi iniziano Lunedì 1 Ottobre 2018.**



### A.F.A. MOTORIA A REGGIO EMILIA

PALESTRE	INDIRIZZO	GIORNI	ORARI
La Centrale	Via Gorizia, 12	Lun - Gio	10:30 - 13:30
Belvedere	Riv. Ottobre, 27	Lun - Gio	14:30 - 16:30
Bocciofila Tricolore	Via Agosti, 3	Lun - Gio	10:00 - 11:00
Dryade 	Via Monti, 11	Lun	14:30 - 17:30
Dryade 	Via Monti, 11	Gio	9:00 - 12:00
Let's Dance	Via XX Settembre, 1	Mar - Gio	14:30 - 15:30
Obbiettivo Danza	Via Monti Urali, 1	Mar - Gio	17:00 - 18:00
Osea A-Gym	Via Canalina 38	Mer - Ven	17:00 - 18:00
Osea A-Gym	Via Canalina 38	Mar - Gio	8:30 - 10:30
Pezzani	Via Wibiky, 30	Mer - Ven	17:00 - 20:00
Pezzani	Via Wibiky, 30	Lun - Gio	19:00 - 21:00
Rivalta	Pal. Scuole Elementari	Mar - Gio	17:00 - 18:00
SDK	Via Zibordi, 14/A	Lun - Gio	9:15 - 10:15 / 11:15 - 12:15

### GINNASTICA A DOMICILIO



## A.F.A. NEUROLOGICO

Parkinson e ictus possono ridurre la possibilità di movimento, ma effettuare esercizi fisici volti alla prevenzione delle conseguenze dell'inattività è essenziale per mantenere quel grado di autonomia che permette di effettuare una vita quotidiana più che dignitosa. Uisp ha collaborato all'apertura di centri AFA per favorire l'autonomia individuale. Non si tratta di riabilitazione, ma di momenti motori indirizzati alla prevenzione. **I corsi iniziano Lunedì 1 Ottobre 2018.**

### A.F.A. NEUROLOGICA A REGGIO EMILIA

PALESTRE	INDIRIZZO	GIORNI	ORARI
Osea A-Gym	Via Canalina, 38	Mer - Ven	18:00-19:00
BOCCIOFILA	Via Agosti, 5	Lun - Gio	11:00-13:00
Riabilitango®	da definire	-	-
Riabilitango® Osea A-Gym	Via Canalina, 38	Ven	In programmazione

**i** **PRE ISCRIZIONI:** recarsi Uisp fino al 31 agosto (chiuso per ferie dal 6 al 18 agosto compresi) per prenotare il posto versando una quota di €25,00. **PER ISCRIVERSI OCCORRE RECARSIS IN UISP DAL 3 SETTEMBRE (FINO AD ESAURIMENTO POSTI)** negli orari di apertura (vedi pag. 3). Le iscrizioni verranno prese in ordine di arrivo. Non si accettano iscrizioni telefoniche. E' possibile iscriversi a tutto l'anno sportivo al costo di € 200,00. Le quote non sono nè recuperabili nè rimborsabili. Quota quadrimestrale € 100,00. Chi ha fatto le pre iscrizioni deve effettuare il saldo entro il 29 settembre CON MODULO AFA COMPILATO VALIDO DAL 1/09/2018.

UISP propone attività motorie a domicilio attraverso progetti di ginnastica dolce residenziale che si rivolgono a persone anziane, ricoverate in strutture, malate o parzialmente autosufficienti. La ginnastica a domicilio mira a mantenersi attivi e partecipi alla vita sociale, senza cadere nel circolo vizioso della sedentarietà e si propone di lavorare sulle capacità fisiche della persona per il mantenimento della propria autonomia.

**DECATHLON**

**1**

**PREZZI**

**0**

*Abbiamo vinto un'altra sfida contro i prezzi.*



SUBEA

**MASCHERA SNORKELING  
EASYBREATH**

**PREZZO IN  
RIBASSO**

**PRIMA 29<sup>€</sup><sub>99</sub>**

**ORA 24<sup>€</sup><sub>99</sub>**



## A.F.A. MOTORIA IN PROVINCIA

PALESTRE	INDIRIZZO	GIORNI	ORARI	ISCRIZIONI
Albinea c/o Casa Cervi	V. Togliatti, 6	Mer - Ven	9:45 - 10:45	Casa Cervi Albinea
ASD Castellarano	V. Chiaviche	Mar - Ven	10:00 - 11:00	ASD Sportinsieme tel. 334 7582554
C.s. Ronin Correggio	V. Pirandello, 1/C	Lun - Gio	8:00 - 12:00	Ronin
Carpineti	In programmazione	-	-	-
Circolo Arci Barco	V. XXIV Maggio, 44	Mer - Ven	8:00 - 11:00	Circolo ARCI Barco il 12/09 ore 8:30
Komodo Boretto	Via Firenze, 5	Mar - Gio	15:30 - 16:30	Komodo Boretto dal 03/09
Komodo Rubiera	V. Per S. Faustino, 5	Mar - Ven	9:20 - 11:30	Komodo Rubiera dal 03/09
Kyoto Center Guastalla	V. Sacco e Vanzetti, 2	Lun- Mar / Gio - Ven	8:40 - 11:40	Kyoto Center tel. 0522 830512
Palaenza Sant'Ilario	Via Piave, 9	Lun - Gio	17:00 - 18:00	Palaenza Lun - Gio 15:30 -18:30 dal 10/09
Palestra Bocciofila Cadelbosco	V. G. Galilei	Mar - Gio	8:30 - 9:30 / 10:30 - 11:30	Palazzetto il 11/09 ore 9:30
Palestra Sportiva Bagnolo	V. A. Frank, 6	Lun - Gio	10:30 - 11:30	Pal. Sportiva tel. 0522-953474
Montecchio	V. D. P. Borghi, 10	Lun - Mer	14:45 - 15:45	Polis. Arena tel. 0522-865393
		Mer - Ven	9:30 - 10:30	
Polisportiva Montalto	V. Ca De Miotti	Lun - Gio	17:00 - 18:00	Polisportiva il 24/09 ore 17:00
Polisportiva Scandianese	V. Longarone, 27	Mer - Ven	14:30 - 15:30	Polis. dal 03/09 tel. 0522-855709
Quattro Castella	In programmazione	-	-	-
Toano	In programmazione	-	-	-
Villa Minozzo	Teatro I Mantellini	Mer - Ven	16:30 - 18:30	Teatro I Mantellini

## A.F.A. NEUROLOGICA in PROVINCIA

PALESTRE	INDIRIZZO	GIORNI	ORARI	ISCRIZIONI
Montecchio	V. D. P. Borghi, 10	Lun - Gio	8:30 - 10:30	Polis. Arena tel. 0522 865393
Guastalla c/o Kyoto	V. Sacco e Vanzetti, 2	Lun - Gio	11:40 - 12:40	Kyoto Center tel. 0522 830512
Polisportiva Scandianese	Istituto Gobetti	Mer - Ven	15:45 - 16:45	Polis. dal 03/09 tel 0522 855709

# CORSI POST DIPLOMA



## IL LAVORO NON È UNA FAVOLA



**Per Informazioni e  
Iscrizioni ai Corsi**

E-mail: [postdiploma@ifoa.it](mailto:postdiploma@ifoa.it)

 **800.915108**



[www.ifoa.it](http://www.ifoa.it)





**i Primi  
sempre buoni.**

**Rispettiamo  
le forme e le ricette  
della tradizione.**



[www.reggianegourmet.com](http://www.reggianegourmet.com)

# UN ALTRO MODO DI FARE TURISMO

DA NON PERDERE

**Arte, storia, bellezze naturali: il piacere di scoprire e vivere le diversità dei territori.**

**V**ogliamo in poche parole cercare di evidenziare le particolarità del nostro modo di fare turismo? Proviamoci. Siamo profondamente legati alla passione e alla voglia della parte maggioritaria dei nostri soci che ama viaggiare in compagnia, camminare, scambiare alcune parole che ci aiutino a capire il mondo che ci circonda, incontrare un'amica, un amico, una persona che vuole dimenticare anche solo per poche ore la solitudine, condividere un momento di allegria, conoscere il nostro territorio.

Cerchiamo costantemente di visitare borghi storici che ci portano a capire da dove veniamo, anche perché è l'unico modo per capire dove stiamo andando. Amiamo conoscere l'arte, il patrimonio artistico e culturale del no-

stro paese. Non solo le mostre - pur interessanti - allestite in molte città, ma anche l'arte delle sculture rupestri, degli artigiani del vetro, della carta, della creta, del cuoio; di quel mondo contadino che con gli attrezzi dell'epoca ci propone gioielli di fantasia e vero ingegno umano.

Ci inoltriamo anche in luoghi meno noti, per il semplice motivo che le diversità del territorio sono una ricchezza che non dobbiamo dimenticare, come i piccoli borghi di collina e di montagna che via via, sono stati abbandonati e non possono essere lasciati all'incuria del tempo ma visti come un bene da custodire e da inserire nel nostro patrimonio ambientale. Non trascuriamo le gite all'estero, un'occasione importante per conoscere altre culture e rinsaldare l'amicizia e la collaborazione con altri popoli, altre realtà con le quali vogliamo convivere e collaborare.

Infine non possiamo assolutamente dimenticare di contribuire a far risorgere, anche col turismo, i territori colpiti dalle calamità naturali: quelli distrutti dai terremoti, da masse franose che hanno colpito interi paesi, da alluvioni che denotano anche l'incuria nella gestione del territorio. Il turismo della UISP cerca di vivere il nostro tempo, di stare con chi vuole dare un senso al tempo, con chi crede che tutti abbiano il diritto di viverlo, il nostro tempo.



**Alcuni prossimi appuntamenti in programma:**

**1-9 SETTEMBRE**

Villa Marina nella settimana del liscio.

**11-14 OTTOBRE**

Colmar, Strasburgo e Friburgo per visitare l'Alsazia.

**20-21 OTTOBRE**

Aquila e Civitella del Tronto per sostenere i territori del sisma.

**29 DICEMBRE-1 GENNAIO**

Capodanno a Salerno con le luci d'artista.

Scopri tutte le proposte turistiche riservate ai soci sul sito o richiedi una copia digitale del giornale a: [settoreturismo@uispre.it](mailto:settoreturismo@uispre.it)



## AGGIORNAMENTO, TUTELA E ORIENTAMENTO

da sempre al fianco delle Associazioni

### REGISTRAZIONE GRATUITA

newsletter  
scadenziari  
documenti  
modelli

### BANCHE DATI

oltre 700 circolari  
1100 normative di settore  
125 fac-simile gestionali  
dossier monotematici

### INFO

info@arseasrl.it

### CONSULENZA

quesiti su aspetti giuridico,  
fiscali e gestionali

WEB

[www.arseasrl.it](http://www.arseasrl.it)



BOLOGNA

Via S. Maria Maggiore, 1  
40121 Bologna  
tel +39 051 238958  
fax +39 051 225203



REGGIO EMILIA

Via A. Tamburini, 5  
42122 Reggio Emilia  
tel +39 0522 267207  
fax +39 0522 332782

**lafotolito**  
digitalprint

BIANCO e NERO

01

COLORI

02

PROMOZIONALI

03

POSTER  
PANNELLI  
PVC

04

EDIZIONI RECOS

05

STUDIO GRAFICO

06

# STAMPADIGITALE

**running park**  
LIBERI DI CORRERE



# LIBERI DI CORRERE CON IL RUNNING PARK

**Il progetto di UISP per vivere e scoprire  
l'Appennino Reggiano attraverso la corsa.**

**L'identikit del Running Park**



**P**oco più di un anno fa nel Palazzo Ducale di Reggio Emilia, il Comitato Uisp reggiano presentava alla cittadinanza un nuovo progetto sportivo in grado di unire alla passione della corsa, l'amore per il turismo e la voglia di scoprire le tradizioni e la storia del nostro Appennino Reggiano. Dietro all'idea di Running Park, un giovane ingegnere e professionista di trail running, Marco Gorini, che oltre alla mente ci ha messo anche le gambe, diventando l'assistente ufficiale dei tour cultural-podistici in Alto Appennino, Appennino montano e nelle colline reggiane, accompagnando runner di tutti i livelli curiosi di vivere pienamente le nostre montagne. Con Running Park non solo si corre lungo i 28 percorsi tracciati e mappati nei 17 Comuni coinvolti della provincia reggiana, ma ci si ferma anche per deliziare la vista con panorami mozzafiato, scattare

qualche foto e scoprire pezzi di storia nascosti tra chiese, monumenti ed edifici caratteristici che rendono l'Appennino unico nel suo genere. Ogni settimana si organizzano i Running Week, tour podistici programmati nel fine settimana dedicati alla scoperta di un Comune, che comprendono sopralluoghi sui percorsi, manutenzione segnaletica e giornate riservate a strutture ricettive. Attraverso il Running Park si possono scoprire oltre 300 km di itinerari che spaziano dalla collina fino all'Appennino, correre in gruppo o singolarmente e partecipare a seminari su nutrizione e preparazione atletica. Un'occasione unica per fare sport e cultura allo stesso momento, che ha destato l'interesse della Regione Emilia-Romagna e delle province di Parma e Modena, dove presto verranno tracciati nuovi percorsi del Running Park. Stay tuned!

#### **COMUNI COINVOLTI:**

Albinea, Baiso, Canossa, Carpineti, Casalgrande, Casina, Castellarano, Castelnovo Monti ma anche Quattro Castella, San Polo d'Enza, Scandiano, Toano, Ventasso, Vetto, Vezzano, Viano, Villa Minozzo

#### **PERCORSI:**

28 percorsi divisi in CORTI, MEDI, LUNGI

#### **TESSERA RUNNING PARK:**

Un modo comodo e completo per vivere al massimo il nostro Appennino!

#### **SPORT IN TOUR:**

mini vacanze di tre o quattro giorni a Punta Argentera (Sardegna), Val di Fassa (Trentino Alto Adige) e Appennino Reggiano.

#### **PARTNER AMICI DEL RP**

Topo Athletic, Rock Experience, Emilbanca, Relife,

Seguici su:

[www.runningpark.it](http://www.runningpark.it) e  
sulla pagina facebook  
Running Park UISP

# SGR Ginnastica Reggiana a.s.d.

*propone tante attività quest'anno per tutti i soci!*



- ✓ *Avviamento alla ginnastica artistica e ritmica*
  - ✓ *Super centro intermedio e avanzato*
  - ✓ *Corso di ginnastica acrobatica per adulti e ragazzi*
  - ✓ *Ginnastica per adulti*
- ...e molto altro.*



*Visita il sito*  
[www.ginnasticareggiana.it](http://www.ginnasticareggiana.it)  
*e scopri l'attività che fa per te!!*

Per info: Tel 333/5488891 – Email: [info@ginnasticareggiana.it](mailto:info@ginnasticareggiana.it)

Scuola di Arti Marziali e Discipline Orientali  
 **SDK** 崇道館  
dal 1993  
**REGGIO EMILIA**  
Associazione Sportiva Dilettantistica

## ATTIVITÀ RIVOLTE AI SOCI

Corsi di **arti marziali** e **discipline orientali**  
per bambini, ragazzi, adulti e senior.  
Corsi **anche al Sabato mattina e in pausa pranzo.**

Dojo ampio e confortevole  
Sala pesi per i soci  
**Parcheggio privato**

Maestri federali nazionali  
Insegnanti qualificati  
riconosciuti UISP e CONI  
Educatori sociali sportivi

Via Zibordi 14/A  
Reggio Emilia  
Tel 0522.300.500

[www.sdkreggioemilia.it](http://www.sdkreggioemilia.it)  
[info@sdkreggioemilia.it](mailto:info@sdkreggioemilia.it)  
[facebook/sdkreggioemilia](https://www.facebook.com/sdkreggioemilia)

**BRAZILIAN JIU JITSU**  
**DIFESA PERSONALE**  
**KRAV MAGA**  
**KUNG FU**  
**KARATE**  
**AIKIDO**  
**JUDO**  
**SANDA**  
**TAI CHI**  
**YOGA**  
**PILATES**  
**CAPOEIRA**  
**BALLI LATINI**

**AVVIAMENTO ALLE  
ARTI MARZIALI  
PER BIMBI 4-6 ANNI**



progetto grafico in collaborazione con  
 **KOI Design**



# UN ANNO DI SPORT E PASSIONI IN MOVIMENTO



**70 ANNI DI STORIA IN  
UNA MOSTRA**

**Eventi, manifestazioni, iniziative. Si chiude un anno sportivo pieno di grandi emozioni, compresa la consegna del Primo Tricolore in occasione de 70° Compleanno di UISP a Reggio.**



Il 2018 è l'anno del 70° compleanno di UISP, un'occasione importante per fare i conti con la propria mission e festeggiare insieme a soci e cittadini reggiani il grande traguardo. Le celebrazioni del 70esimo Anniversario a Reggio Emilia si sono svolte in città il 15-16 giugno con una serie di eventi molto partecipati, inaugurati con la consegna del Primo Tricolore all'associazione da parte del Sindaco Luca Vecchi e proseguiti in Piazza Martiri del 7 Luglio. Il filo conduttore delle due giornate sono state le immagini storiche raccolte nella mostra fotografica che ha raccontato "Una certa idea di sport" attraverso le immagini dagli anni '50 a oggi. Da allora molto è cambiato, ma lo sport vissuto come momento aggregativo continua a rima-

nere al centro della vita dell'associazione. E nel 2018 tante sono state le occasioni per vivere lo sport dentro e fuori dai centri sportivi grazie a manifestazioni come Giocagin, Vivicittà e Uisp Sport Fun, che ogni anno trasformano rispettivamente i palazzetti, il centro storico e la Vasca di Corbelli di Rivalta in luoghi di festa aperti a tutti e nei quali esibirsi, muoversi e provare tante insolite discipline come accade in occasione di Uisp Sport Fun. Accanto alle manifestazioni ci sono stati gli eventi, come i Campionati Nazionali di Judo Uisp, che nel mese di maggio hanno portato in città oltre 700 atleti e 90 gruppi sportivi provenienti da tutta Italia. Tra le belle novità dell'ultimo anno ci sono stati anche tanti piccoli ma grandi progetti come "Scuola Danze" con l'energia della danza che è fluita negli istituti scolastici della città grazie alle scuole reggiane attrici del progetto; "Camminamenti - Menti in Cammino" organizzati in collaborazione con Istoreco per coniugare il movimento e la voglia di riscoprire (o scoprire) i luoghi, le storie e il patrimonio storico-culturale della nostra città. In sette uscite, tra gennaio e giugno, i Camminamenti hanno portato centinaia di persone a passeggiare per diverse zone della città in un viaggio che non ha coinvolto solo il corpo ma anche la mente.

"UNA CERTA IDEA DI SPORT" raccontata in centinaia di istantanee attraverso le discipline e i volti dei protagonisti quotidiani dello Sport Pertutti.

In occasione del suo 70° Anniversario, il Comitato di Reggio si è impegnato in una raccolta di materiale storico che ha coinvolto le famiglie dei vecchi dirigenti, le associazioni sportive e i soci. Tutto per riannodare il filo della memoria storica dell'associazione e raccontare una storia fatta di storie, quelle di uomini e donne che nel dopoguerra intravidero nello sport un modo per superare le differenze di classe, età, genere e ricostruire la società partendo dalla voglia di stare insieme e dai valori della nascente Carta costituzionale. Il risultato sono un centinaio di immagini che ritraggono gli sportivi di tutti i giorni nelle varie discipline, manifestazioni come la prima edizione di Vivicittà, le attività consistive e associative del Comitato e delle associazioni del territorio come le gite sulla neve e i corsi di sci in Appennino. La mostra, allestita il 15-16 giugno piazza Martiri del 7 Luglio, è ora all'interno del Comitato. Per sapere dove verrà in futuro allestita o contribuire con foto storiche vi invitiamo a scrivere a: [reggioemilia@uisp.it](mailto:reggioemilia@uisp.it)



# OBIETTIVO DANZA

A.S.D.

## ELENCO CORSI 2018/2019

### BAMBINI E TEENAGER

HIP HOP

MUSICAL (Ballo, Canto, Recitazione)

DANZA CLASSICA

GIOCOLANDIA - PRE DANZA (3-5 anni)

DANZA MODERNA - CONTEMPORANEA - JAZZ

DANZE LATINO AMERICANE e STANDARD

DANZE ARTISTICHE E SINCRONIZZATE

### ADULTI

BALLI DA SALA e BALLO LISCIO

BOOGIE WOOGIE

DANZE STANDARD

DANZE CARAIBICHE - BACHATA SENSUAL

DANZE LATINO AMERICANE

BALLO COUNTRY

DANZA DEL VENTRE

 LATIN SHAKE® **IN ESCLUSIVA !!!**

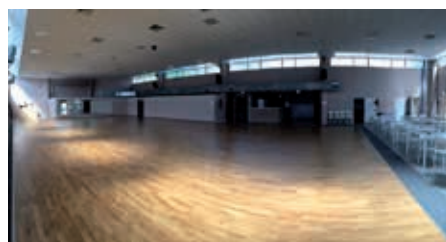
BALLI DI GRUPPO

FUNKY TELEVISIVO/MODERN JAZZ

DANZE POLINESIANE

YOGA - ZUMBA - CROSS TRAINING

**SUPER JUMP**



### SPECIALI

WHEELCHAIR

SPECIALE SPOSI

LEZIONI PRIVATE



segui su Facebook: **OBIETTIVO DANZA REGGIO EMILIA**

Via Monti Urali, 4 - 42122 Reggio Emilia - Tel./Fax. 0522 086152  
Cell. 347 6882686 - info@obiettivodanza.eu - www.obiettivodanza.eu



# SHO GUN

“ KARATE ”



## Serietà, Professionalità e qualità Tecnica

La SHO-GUN, guidata dal M° PAOLO LAZZARINI 7 DAN (46 anni di pratica),

propone:

- **CORSI PER BAMBINI E ADULTI DI TUTTE LE ETÀ.**

Il nostro gruppo di ragazzi dedito all'agonismo ha portato la scuola su podi nazionali e internazionali.

Dalle ore 18:00 alle ore 22:00 - Martedì e Giovedì  
presso il centro sportivo BERIV MULTISPORT Via Terrachini, 44 - RE

Tel. 333 2681708 - sho.gun@libero.it

**AGEVOLAZIONI** PER LA PRIMA ISCRIZIONE, A TUTTI QUELLI CHE SI PRESENTERANNO CON QUESTO MAGAZINE.





# UN'ESTATE TRA MOVIMENTO E RELAX

Campi gioco per i ragazzi, gruppi di cammino e attività all'aperto nelle piscine della provincia. Un'estate attiva per tutti a tutte le età.

## CAMPI ESTIVI FINO A SETTEMBRE

Nei mesi di agosto e settembre sono attivi dal lunedì al venerdì i campi gioco di Biasola, Carrozzone, Regnano e Rubiera a cui si aggiunge per il primo anno in assoluto il centro estivo del Circolo Quercioli di Cavriago. Sport, giochi, laboratori creativi e uscite settimanali sono solo alcune delle attività proposte per tutto il periodo della sosta scolastica.

Le iscrizioni si effettuano presso gli Uffici di UISP in Via Tamburini 5 nei seguenti orari: Lunedì, Martedì, Giovedì e Venerdì dalle ore 8.30 alle 12.30, Giovedì ore 15.00-18.30 o direttamente in loco entro il Giovedì precedente al turno successivo scelto. Il modulo d'iscrizione è scaricabile dal sito.

INFO: telefonare allo 0522/267214-228 o scrivere a: [progettieducativi@uispre.it](mailto:progettieducativi@uispre.it).



## MARE IN CITTA'



Le vacanze non prevedono necessariamente una lunga trasferta. Nelle piscine del circuito Kinema, a marchio Uisp, ci si diverte per tutta l'estate. Al Parco Aquatico di Reggio Emilia e in tutte le piscine del network (Azzurra Scandiano - Komodo Boretto, Rubiera, Castelfranco - Ego Village Collecchio) le famiglie godono di promozioni e sconti speciali validi dal lunedì al sabato. Scopri di più su: [www.kinemasrl.com](http://www.kinemasrl.com) o sulle pagine facebook delle piscine.



Campo Polivalente Ecopneus, Verona



# WATERPROOFING

soluzioni per lo sport dal 1982

Waterproofing S.R.L. • Via A. Verzelli, 15 • 42015 Correggio (RE) Italy  
Phone. +39 0522 641517 • [info@waterproofing.it](mailto:info@waterproofing.it)

[waterproofing.it](http://waterproofing.it)



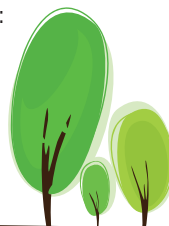
# UISP AL CIRCOLO QUERCIOLI

## Una nuova collaborazione a pochi chilometri dalla città

Uisp approda al Circolo Quercioli di Cavriago con una nuova collaborazione di profilo gestionale. A partire dalla primavera 2018 il Comitato di Reggio Emilia propone all'interno del Circolo il campo estivo per ragazzi, ma anche un ricco calendario di corsi e attività sportive all'aperto rivolte ai soci Uisp, che si protrarranno per tutta la stagione estiva. Lezioni di yoga, pilates, acquagym, ginnastica dolce e tanto altro ancora, rigorosamente con istruttori Uisp laureati in Scienze Motorie.

All'interno del circolo, a pochi chilometri dalla città, si trovano anche 3 piscine estive, campi sportivi per tennis, basket, calcio, beach tennis e beach volley, una vasta area giochi attrezzata per i più piccoli, 100.000 mq di parco con ombra naturale e servizio bar e ristorante. Tutte le novità sul sito:

[www.circoloquercioli.it](http://www.circoloquercioli.it)  
e sulla pagina Facebook



# La migliore medicina per combattere la sedentarietà: CAMMINARE!

**Camminare si sa, fa bene e permette di dare una svolta positiva alla giornata.**

**Partecipa ai gruppi di cammino a Reggio Emilia e provincia promossi da UISP in collaborazione con Ausl assieme alle Amministrazioni comunali e alle associazioni del territorio.**

Cerca il gruppo di cammino più vicino a te! Ci trovi a:

REGGIO EMILIA (Ex Spallanzani, Fogliano, Canali, Mancasale, Coviolo, Parco della Mirandola, Parco San Lazzaro, Rosta Nuova e Buco Magico) **ALBINEA** • **BAGNOLO** • **BIBBIANO** • **BORETTO** • **BUSANA** • **CAMPAGNOLA EMILIA** • **CANOSSA** • **CARPINETI** • **CASINA** • **CASTELNOVO DI SOTTO** • **CASTELNOVO NÉ MONTI** • **CAVRIAGO** • **CORREGGIO** • **FABBRICO** • **GUASTALLA** • **LUZZARA** • **MONTECAVOLO** • **MONTECCHIO EMILIA** • **NOVELLARA** • **POVIGLIO** • **REGGIOLO** • **RIO SALICETO** • **RUBIERA** • **SAN MARTINO IN RIO** • **SANT'ILARIO D'ENZA** • **SAN POLO D'ENZA** • **TOANO** • **VILLA MINOZZO**.

- Tutti i gruppi sono guidati da un tecnico UISP laureato in Scienze Motorie.
- La partecipazione è libera e gratuita.

VISITA IL SITO PER RIMANERE AGGIORNATO SUI GRUPPI DI CAMMINO ATTIVI



**EQUIPE  
SPORTIVA**

**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Reggio Emilia

## PASSIONE PER LO SPORT E TANTA PROFESSIONALITÀ

Da oltre 25 anni il nostro obiettivo è rimasto lo stesso: offrire a tutti la possibilità di fare sport per godere dei benefici fisici, sociali e culturali che ne derivano, mettendo a disposizione professionalità, passione e competenza.

**NUOTO • FITNESS • DANZA  
ARTI MARZIALI • CAMPI GIOCO  
SETTORE AGONISTICO**

[WWW.EQUIPESPORTIVA.IT](http://WWW.EQUIPESPORTIVA.IT)

 **CONAD**  
**CENTROMERCATO**

*Reggio  
Sud*



*Cadelbosco*

**VIA MAIELLA 55  
REGGIO EMILIA (RE)**

**VIA MONS. SACCANI 46  
CADELBOSCO DI SOPRA (RE)**

# MONDO UISP

Le attività, le persone, i contatti



## ◦ ATLETICA LEGGERA E PODISMO

Erika Caprari, Tel. 0522 267210  
legaatletica@uispre.it

## ◦ ATTIVITA' EQUESTRI

Alberto Alciator, Tel. 0522 267209  
albertoalciator@alice.it

## ◦ AUTOMOBILISMO

Roberto Colla, Tel. 0522 267217  
legaautomobilismo@uispre.it

## ◦ GIOCHI TRADIZIONALI

Silvia Ferrari, Tel. 0522 267211  
giochitradizionali@uisp.it

## ◦ CALCIO

Gianpaolo Ferri, Tel. 0522 267208 - 267201  
calcio@uispre.it

## ◦ CICLISMO

Tel. 0522 267211  
legaciclismo@uispre.it

## ◦ DANZA

Tel. 0522 267219  
reggioemilia@uispre.it

## ◦ DISCIPLINE ORIENTALI

Marco Paterlini, Tel. 0522 267219  
reggioemilia@uisp.it

## ◦ ESCURSIONISMO E TEMPO LIBERO

Loris Bonacini, Tel. 0522 267211  
legamontagna@uispre.it

## ◦ GINNASTICHE

Svetlana Kirkova, Tel. 0522 267211  
Cell. 333 5368764 | leginnastiche@uispre.it

## ◦ MOTOCICLISMO

Daniele Manicardi, Tel. 0522 267204  
legamotociclismo@uispre.it

## ◦ NUOTO

Giuliano Ferretti, Tel. 0522 267211  
leganuoto@uispre.it

## ◦ PALLACANESTRO

Giorgio Gollini, Tel. 0522 267227  
legabasket@uispre.it

## ◦ PALLAVOLO

Elena Corti, Tel. 0522 267214  
pallavolo@uispre.it

## ◦ PATTINAGGIO

Tel. 0522 267215  
legapattinaggio@uispre.it

## ◦ SPORT INVERNALI

Roberto Veroni, Tel. 0522 267211  
reggioemilia@uispre.it

## ◦ SPORT IN AMBIENTE

Maurizio Tagliavini, Tel. 0522 267209  
h-sport@uispre.it

## ◦ TENNIS

Mario Bernieri, Cell. 345 0914670  
mariobarbieri@gmail.com



## LO STAFF IN COMITATO

**PRESIDENTE: Azio Minardi** - presidenza@uispre.it

**DIRETTORE: Giorgio Gollini** - g.gollini@uispre.it

**SEGRETERIA DI COMITATO: Vida Borciani** - v.borciani@uispre.it

**TESSERAMENTO E ASD: Federico Bonacini** - f.bonacini@uispre.it

**ASSICURAZIONE E INFORTUNI: Enrica Bartoli** - e.bartoli@uispre.it

**CORSI NUOTO: Vincenza Fumarola** - v.fumarola@uispre.it

**SEGRETERIA CALCIO: Andrea Benassi** - a.benassi@uispre.it

**PROGETTI EDUCATIVI: Andrea B. Orlandini** - a.orlandini@uispre.it

**SALUTE E PREVENZIONE: Evelyn Iotti** - e.iotti@uispre.it

**PROGETTI PER LA GRANDE ETÀ: Daniele Olivi** - d.olivi@uispre.it

**TURISMO PER I SOCI: Simone Mattioli** - settoreturismo@uispre.it

**STAGE E DIVERSE ABILITÀ: Maurizio Tagliavini** - h-sport@uispre.it

**COMUNICAZIONE: Federica Imbrogli** - federica.imbrogli@uispre.it

**WEB&SOCIAL: Naila Blal** - n.blal@uispre.it

**COMMERCIALE&MARKETING: Stella Bertoli** - marketing@uispre.it

**AMMINISTRAZIONE: Stefania Marchesi** - s.marchesi@uispre.it

**CONTABILITÀ: Manuela Castagneti** - m.castagneti@uispre.it

## Sportello Amico Delle Associazioni Sportive



Il Comitato di Reggio Emilia, in collaborazione con ARSEA Srl, mette a disposizione degli associati uno sportello gratuito per fornire consulenza in materia di gestione amministrativa e fiscale delle associazioni sportive, riforma del terzo settore, gestione dei collaboratori, creazione di nuove associazioni, adempimenti fiscali e un orientamento generale rispetto a tutti gli adempimenti normativi inerenti il mondo sportivo. Lo sportello è attivo tutti i mercoledì pomeriggio su appuntamento (tel. 0522 267211 – reggioemilia@uisp.it).



**BASKET  
JOLLY**



**1...2...3**

**MINIBASKET!**

**DA OTTOBRE A MAGGIO**

**CENTRI MINI E  
MICRO BASKET**  
nati dal 2008 al 2013

a **REGGIO EMILIA**

- Palestra Secchi
- Palestra Rosta Nuova
- Palestra Via Premuda
- Palestra Via Primo Maggio
- Palestra Elementari Rivalta
- Palazzetto di Rivalta

**INFO**

Tel. 347 0047699

Tel. 333 6632055

Tel. 0522 557823 (dopo le ore 18)

Tel. 0522 330165 (dopo le ore 18)

[basket2000@libero.it](mailto:basket2000@libero.it)



**GRATIS 4 lezioni di prova**  
**BORSA e MAGLIA a tutti gli iscritti**