La Polisportiva effettua una vasta gamma di corsi fruibili dalla Cittadinanza a partire da Settembre 2022, sia per impiego del Tempo Libero, sia per mantenimento fisico. I corsi sono aperti a chiunque anche se non residenti negli Almenno. Gli interessati, possono contattare direttamente l'istruttore/istruttrice abilitati o chiamare la Polisportiva aperta al pubblico il Lunedì dalle ore 21 alle ore 22,30 ed il Mercoledì dalle ore 8,30 alle ore 11,30. Tel. 035 0402151. - Polisportivacomunaleasb@alice.it

Corsi promossi dalla Polisportiva in favore della Cittadinanza

Stagione 2022 - 2023 **(da settembre)**

Aeroton	-	Palalemine MAR.GIO. 9,30-10,30	349-7360932 Carmen
Ballo liscio	-	Sc.Medie LUN.MAR. 20,30-22,30	345-8240544 Enzo
Zumba	-	Sc.Elementare MER. 18-19	349-4353893 Silvia
Zumba-Step	-	Sc.Elementare MER. 19-20	349-4353893 Silvia
Zumba-Kids	-	Sc.Elementare MAR. 16,30-17,30	349-4353893 Silvia
Ginnastica dolce	-	Palalemine LUN.GIO. 15-16	347-6354219 Jose
Ginnastica posturale	-	Sc.Elememtare LUN. 17-18	339-2722403 Marco
Hatha Yoga	-	Sc.Elementare MER. 20,30-21,30	333-8490444 Paola
Taj Ji quan	-	on line	339-1701756 Monica
Kung Fu bambini	-	Sc.Elementare LUN.GIO. 19-20	338-7091661 Alberto
Kung Fu adulti	-	Sc.Element. LUN.GIO. 20,15-22,15	338-7091661 Alberto
Judo bambini	-	Sc.Elementare MAR.VEN. 18-19	392-9600844 Gabriele
Judo ragazzi	-	Sc.Elementare MAR.VEN. 19-20	392-9600844 Gabriele
Judo ragazzi/adulti	-	Sc.Elementare MAR.VEN.20-21,30	392-9600844 Gabriele
Kickboxing	-	Sc.Element. MAR.VEN.19,15-20,15	392-9600844 Gabriele
Metodo glob. Autodifesa		Sc.Element. MAR. 18,30-21	392-9600844 Gabriele
Roller Sky (avviamento)		Palestra Quarenga fitness GIO. 17-20	348-9328045 Francesca

(La Sezione Roller Sky, potrà effettuare esibizioni sul parquet della Palestra, in quanto i pattini sono dotati di fabbrica, con apposite idonee rotelle in gomma morbida)

