

Fit Boxe

Mantieniti in forma con la combinazione di esercizi di step, tonificazione e semplici coreografie di aerobica. A partire da Ottobre Lun. 20:00-21:00, Mer. 19.30-20.15, Ven.19-20 presso la sala polifunzionale delle scuole elementari



Qwan-ki-do

Nel Qwan-Ki-Do troviamo le tecniche di difesa personale, le armi tradizionali, le competizioni, gli stage e molto altro ancora. Adatto a tutte le persone. Inizio corsi sabato 21 settembre:

LEZIONI BAMBINI dai 4 agli 11 anni

Sabato dalle 14:30 alle 15:30, Palestra Scuole Medie

LEZIONI ADULTI Mercoledì dalle 20:15 alle 21:30, presso la sala Polifunzionale delle Scuole Elementari, e Sabato dalle 16:00 alle 17:30 alle scuole medie

ARMI per grandi e piccini Sabato dalle 14:30 alle 16:00. Presso la palestra delle Scuole Medie info@polisportivaairoldi.eu

Total Body e Pilates

Total Body: Allenamento presso la sala polifunzionale delle scuole elementari Martedì e Giovedì dalle ore 20.30 alle 21.15

Pilates: Allenamento presso la sala polifunzionale delle scuole elementari Mar. e Gio. dalle 19.35 alle 20.20

info@polisportivaairoldi.eu



Danza



Primi passi di Danza (3-5 anni) Lun. 16.15-17.00

Propedeutica (6-7) anni Lun. 17-18

Special Dance Lun. 18-18.30

Contemporanea (da 8 anni in su) Lun. 18.30-19.30

Con Alessandra a partire da Ottobre, presso la sala polifunzionale delle Scuole Elementari

Atletica

Per ragazzi da 9 a 14 anni, vieni al corso di avviamento all'atletica leggera e metti alla prova le tue qualità. Orario 19 -20 il martedì e il giovedì presso la palestra del centro sportivo.

Inizio mar. 1 Ottobre.

Per info: Luigi Ceriani, tel. 3385905090.

Per i più grandi ricordiamo la possibilità di aggregarsi al Gruppo Amatori.

Per informazioni rivolgersi a Massimo Tanzi cell. 335 6523336 e-mail tanzi.massimo@alice.it

Nuoto

I corsi di nuoto si tengono il mercoledì, a partire dal 18 settembre, presso la piscina di Saronno dalle 18.30 alle 19.15. È garantito il servizio pullman.

Info: nuoto@polisportivaairoldi.eu, Daniela 3387552459



ATTIVITA'



SPORTIVE

2019/ 2020



Sede:
Centro Sportivo Comunale
Via Vivaldi 1

Calcio

2013/14 Mer e Ven. ore 18,30
2012 Lun. e Mer. ore 18,00
2011 Lun. e Mer. ore 18,30
2010 Mar, e Gio. ore 18.30
2009 Mar. e Gio. ore 18.00
2006/07 Mar. e Gio. ore 18,30

Femminile Junior Mer. e Ven. ore 18,30

Femminile Prima Squadra Gio. ore 20.00

Allenamenti presso i campi dell'oratorio San Giuseppe. Nel periodo invernale i Piccoli Amici si sposteranno al coperto presso le strutture dell'Easy Village.

Allievi 2001/02 Mer. e ven. ore 18,30 e

Giovanissimi 2003 Mar.e ven. 18.30 si allenano presso il centro sportivo.

Ci sono anche: la **squadra femminile**; la **Juniores**; la **prima squadra** che gioca in terza categoria; la **squadra amatori** maschile.

Info: Pierangelo Meazza 3391381661
airoldicalcio@gmail.com

Mantenimento Uomini

Corso di mantenimento rivolto agli uomini di qualunque età. Le lezioni si svolgono il Giovedì dalle 20.30 alle 22 presso la palestra delle scuole medie.
Info: info@polisportivaairoldi.eu

Mantenimento Donne

Corso di mantenimento corporeo e tonificazione muscolare per signore di tutte le età. Lezioni: Lun. dalle 21 e Gio. dalle 21.15 presso la sala polifunzionale delle scuole elementari. Info: info@polisportivaairoldi.eu

Pallavolo

Tutte le attività si svolgono presso Palestra delle Scuole Medie

Primo Volley

Per bambine 2009-12, il corso si svolge il Lun. e Mer. orario 16.30-17.30.

Under 13

Ragazze 2007-2008. Allenamenti lun., mer.e ven. 17.40-19.

Partite di Campionato invernale e primaverile dom. ore 11.00

Under 18 2002-2005

Allenamenti dall'11 settembre

Orari: dalle 19.10 alle 20.40 – lun., mer. e ven.

Partite di campionato invernale e primaverile Sabato ore 19.30 oppure domenica ore 11

FIPAV II Cat.

Allenamenti Lun., Mer. e Ven. dalle 20.45 alle 22.30

Partite di campionato Ven. ore 21

Per info contattare il responsabile, sig. Carlo Banfi cell 3356600706, email ac.banfi@libero.it

Ciclismo

In collaborazione con la società KilometroZero Boys, corso di bici su strada e mountain bike per ragazze e ragazzi dai 6 agli 11 anni. Gli allenamenti si svolgono sulla pista di pattinaggio del centro sportivo il lunedì, mercoledì e venerdì. Info: info@polisportivaairoldi.eu e www.facebook.com/km0boys/

Yoga

Il corso di Yoga quest'anno si terrà il martedì dalle ore 21.15 alle 22.15 presso la sala polifunzionale delle scuole elementari.

Per informazioni:

info@polisportivaairoldi.eu

Basket

Tutte le attività si svolgono presso la palestra del Centro Sportivo

Pulcini (2013) Mar. e Gio. 16.15-16.45

Scoiattoli (2011/12) Mar. e Gio. 16.45-17.45

Aquilotti (2009/10) Mar. e Gio.17.45-19

U14 (2006-07): Lun. 16.30-18, Mer. E Ven.16-17.30

U15 (2005-06) Lun. 16.30-18, Mer. e Ven. 17:30-19

U18 (2003-04) Lun. 19.30-21, Mar. e Gio.20-21:30

U18 (2002) Lun. 18-19.30, Mer. e Ven. 19.30-21

UISP SENIOR MASCHILE

Mar. e Gio. 21.30-23

PROMOZIONE FIP

Lun., Mer, Ven 21-23

email pallacanestro@polisportivaairoldi.eu

Pattinaggio

Offriamo corsi di avviamento al Pattinaggio per Bambini dai 5 anni in su.

Ogni Martedì dalle 18:15 alle 19.15, alle Scuole Medie con inizio Martedì 1 Ottobre.

Info: Nicola tel. 3289636978, Cinzia 3474907450,

pattinaggio@polisportivaairoldi.eu

Per tutte le attività che si svolgeranno presso la nuova sala polifunzionale delle scuole elementari la data di inizio è indicativamente entro la prima metà di ottobre in attesa di avere conferma dell'agibilità della sala.

www.polisportivaairoldi.eu

info@polisportivaairoldi.eu