

la tua **energia** la nostra **passione**



ritmica

CASTELLANZA  
GORLA MINORE  
CERRO MAGGIORE  
SAN VITTORE

## Corsi per bambine e ragazze a partire dai 3 anni

BABY RHYTHMIC&DANCE | FORMATIVA | PROMOZIONALE | AGONISTICA | ADULTI

### SEDI:

Palestra scuole **Maria Ausiliatrice** – via Cardinal Ferrari, 7 – Castellanza

Palestra scuole **Leonardo da Vinci** – via dei Platani, 5 – Castellanza

Palestra **Palaborsani** – via per Legnano, 3 – Castellanza

Palestra **Collegio Rotondi** – via San Maurizio, 4 – Gorla Minore

Palestra scuole **Bernocchi Riboldi** – via Bernocchi, 16 – Cerro Maggiore

Palestra scuole **Ente Morale S. Vittore O.** – piazza Papa Giovanni XXIII – San Vittore Olona

**2 PROVE GRATUITE a partire dall'11 settembre**

**Ti aspettiamo!!! 😊**

### INFO e ISCRIZIONI:

Segreteria organizzativa 0331.1710846

Layla 340.7311529 – [ritmica@sportpiu.org](mailto:ritmica@sportpiu.org)

[www.sportpiu.org/rhythmic](http://www.sportpiu.org/rhythmic)

 [www.facebook.com/groups/SportPiuRitmica/](https://www.facebook.com/groups/SportPiuRitmica/)



**SPORT+ S.P.D. a r.l.**

Via De Amicis, 5 – 21053 Castellanza (VA) Tel. 0331-1710846 – [www.sportpiu.org/rhythmic](http://www.sportpiu.org/rhythmic) - [ritmica@sportpiu.org](mailto:ritmica@sportpiu.org)

C.F.: 90038440120 - P.IVA 03257040125

## BABY RHYTHMIC&DANCE (3-5 anni)

Movimento, gioco, musica e mini acrobatica (capovolte, salti, attrezzi ginnici ecc..) per un corretto approccio al "mondo dello sport" con un misto di ginnastica ritmica e danza. Tutto proposto in forma ludica come corso propedeutico per sviluppare le potenzialità di ogni bambino/a, facilitare la socializzazione e stimolare le abilità motorie.

DESCRIZIONE	GIORNI	ORARI	DOVE:	COSTO* STAGIONALE		COSTO* 1^ e 2^ RATA	
				Monosett	Bisett	Monosett	Bisett
BABY RHYTHMIC&DANCE (3-5 anni)	Lunedì Giovedì	16:00 - 17:00	<b>CASTELLANZA</b> Maria Ausiliatrice	150 €	270 €	85 + 85 €	145 + 145 €
BABY RHYTHMIC&DANCE (3-5 anni)	Martedì Venerdì	16:00 - 17:00	<b>CERRO M.</b> Bernocchi Riboldi	150 €	270 €	85 + 85 €	145 + 145 €
BABY RHYTHMIC&DANCE (3-5 anni)	Martedì Venerdì	16:00 - 17:00	<b>S. VITTORE O.</b> Ente Morale SVO	150 €	270 €	85 + 85 €	145 + 145 €
BABY RHYTHMIC&DANCE (3-5 anni)	Martedì	16:30 - 17:30	<b>GORLA MINORE</b> Collegio Rotondi	150 €	/	85 + 85 €	/

## FORMATIVA (dai 6 anni)

Rudimenti della ginnastica ritmica ed utilizzo dei piccoli attrezzi tipici della disciplina: fune, cerchio, palla, nastro e clavette. Elementi basilari sono portamento del corpo, salti, acrobatica ed equilibrio, il tutto a tempo di musica e condito da tanto divertimento. Le ginnaste avranno la possibilità di mettersi in gioco e di dimostrare ciò che hanno appreso in occasione dei saggi di Natale e di fine stagione. Agli spiriti più competitivi verrà data anche l'opportunità di partecipare ad una gara intersocietaria.

DESCRIZIONE	GIORNI	ORARI	DOVE:	COSTO* STAGIONALE	COSTO* 1^ e 2^ rata
FORMATIVA 1° CORSO (6-7 anni)	Lunedì Giovedì	17:00 - 18:00	<b>CASTELLANZA</b> Maria Ausiliatrice	270 €	145 + 145 €
FORMATIVA 2° CORSO (8-10 anni)	Lunedì Giovedì	18:00 - 19:00	<b>CASTELLANZA</b> Maria Ausiliatrice	270 €	145 + 145 €
FORMATIVA CORSO AVANZATO (11+ anni)	Lunedì Giovedì	19:00 - 20:00	<b>CASTELLANZA</b> Maria Ausiliatrice	270 €	145 + 145 €
CORSO ALLIEVE	Lunedì Giovedì	19:00 - 20:00 18:00 - 20:00	<b>CASTELLANZA</b> Maria Ausiliatrice Leonardo da Vinci	300 €	160 + 160 €
FORMATIVA (6+ anni)	Martedì Venerdì	17:00 - 18:00	<b>CERRO M.</b> Bernocchi Riboldi	270 €	145 + 145 €
FORMATIVA (6+ anni)	Martedì Venerdì	17:00 - 18:00	<b>S. VITTORE O.</b> Ente Morale SVO	270 €	145 + 145 €
FORMATIVA (6+ anni)	Martedì Venerdì	17:30 - 18:30 18:30 - 19:30	<b>GORLA MINORE</b> Collegio Rotondi	270 €	145 + 145 €

## ADULTI

Questa sezione è dedicata a tutte quelle persone che vorrebbero cimentarsi nella disciplina della ginnastica ritmica e perché no, partecipare ai saggi dimostrando che a qualunque età si possono fare capriole, lanciare cerchi e far parte di una squadra. Ricordatevi: fare ginnastica ritmica non ha età!

DESCRIZIONE	GIORNI	ORARI	DOVE: <b>CASTELLANZA</b>	COSTO* STAGIONALE	COSTO* QUADRIMESTRALE	COSTO* MENSILE
RITMICA PER ADULTI	Lunedì	20:30 - 22:00	Maria Ausiliatrice	210 €	118 €	34 €

## PROMOZIONALE (dagli 8 anni)

Questa sezione, parallela alla formativa, conta ben tre allenamenti settimanali ed è infatti dedicata alle ginnaste dotate di particolari abilità fisiche e caratteriali tali da permettere loro di partecipare a competizioni federali. L'obiettivo della sezione consiste nell'affinare abilità fisiche quali coordinazione corpo-attrezzi, scioltezza ed eleganza, influenzando sulla formazione del carattere all'insegna di costanza, determinazione e spirito di squadra.

Le atlete parteciperanno ai saggi di Natale e di fine stagione e le più meritevoli, oltre che partecipare alle fasi provinciali e regionali delle competizioni FGI, potranno rappresentare la Sport+ durante le competizioni nazionali.

DESCRIZIONE	GIORNI	ORARI	DOVE: CASTELLANZA	COSTO* STAGIONALE	COSTO* 1^ e 2^ rata
1^ FASCIA (8-12 anni)	Lunedì Mercoledì Sabato	18:00 - 20:00 17:30 - 19:30 9:30 - 12:30	Leonardo da Vinci Maria Ausiliatrice Maria Ausiliatrice	360 €	190 + 190 €
2^ FASCIA (13-15 anni)	Martedì Giovedì Venerdì	17:00 - 19:00 17:30 - 20:00 18:00 - 20:30	Palaborsani Leonardo da Vinci Maria Ausiliatrice	360 €	190 + 190 €
3^ FASCIA (16+ anni)	Martedì Giovedì Venerdì	17:00 - 19:00 17:30 - 20:00 18:00 - 20:30	Palaborsani Leonardo da Vinci Maria Ausiliatrice	360 €	190 + 190 €

## AGONISTICA (dai 6 anni)

L'agonistica è la sezione più impegnativa della Sport+ Ritmica, visti i suoi quattro allenamenti settimanali (inclusa un'ora di danza classica). Richiede infatti molto impegno, determinazione e costanza da parte delle giovani atlete. L'obiettivo è il raggiungimento di un'ottimale preparazione atletica, tecnica e caratteriale tale da permettere di partecipare a gare agonistiche della Federazione Ginnastica d'Italia nelle fasi provinciali, regionali e nazionali.

DESCRIZIONE	GIORNI	ORARI	DOVE: CASTELLANZA GORLA MINORE	COSTO* STAGIONALE	COSTO* 1^ e 2^ rata
AGONISTICA ALLIEVE	Lunedì Mercoledì Venerdì Sabato	17:00 - 20:00 17:30 - 20:30 17:30 - 20:30 13:00 - 17:00	Leonardo da Vinci Collegio Rotondi Collegio Rotondi Collegio Rotondi	430 €	225 + 225 €
AGONISTICA JUNIOR/SENIOR	Lunedì Mercoledì Venerdì Sabato	17:00 - 20:00 17:30 - 20:30 17:30 - 20:30 14:00 - 17:00	Leonardo da Vinci Collegio Rotondi Collegio Rotondi Collegio Rotondi	430 €	225 + 225 €



## TESSERAMENTO

**50,00 €**

Comprensivo di: tesseramento FGI per atlete facenti gare, quota associativa, assicurazione

N.B. Per le ginnaste che hanno compiuto 8 anni è prevista la visita medica agonistica gratuita, a tutte le altre è richiesto il certificato medico sportivo non agonistico

Kit con materiale tecnico e attrezzi ordinabile in segreteria

**Scontistica per i fratelli che si associano a Sport+ (5% sul totale - esclusa quota associativa)**

**Per le festività si seguirà il calendario scolastico. Si ricorda inoltre che alcune lezioni potrebbero subire variazioni a causa della disponibilità delle strutture ospitanti**



la tua **energia**  
la nostra **passione**

**+ MOVIMENTO**

**+ ENERGIA**

**+ SALUTE**

Via De Amicis, 5 – 21053 Castellanza (VA)

Tel. 0331.1710846

[www.sportpiu.org](http://www.sportpiu.org) – [info@sportpiu.org](mailto:info@sportpiu.org)

**ISCRIZIONI PRESSO SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:**

lunedì – mercoledì – venerdì: 9:00 – 13:00

martedì – giovedì: 15:00 – 19:00



Scoprici visitando la pagina facebook: [www.facebook.com/groups/SportPiuRitmica/](https://www.facebook.com/groups/SportPiuRitmica/)