

2021-2022

# Polisportiva Energym

[www.energym.info](http://www.energym.info)

[prenotazioni.energym@gmail.com](mailto:prenotazioni.energym@gmail.com)

Tel: 3297370022, 3274684912, 3664204422 3463089425

## ATTIVITA' PER BAMBINI

CHEERLEADING - TESSUTI AEREI

GIOCA-RITMICA - GIOCOMOTRICITÀ -GIOCA-ARTISTICA

GIOCOKARATE -DANZA CLASSICA- DANZA HIP HOP

GINN. RITMICA - GINN. ARTISTICA (m e f )

ACROBATICA - TEAM GYM

WUSHU KUNG FU - KARATE

## ATTIVIA' PER ADULTI

GINNASTICA FINALIZZATA alla SALUTE ed al FITNESS

con elementi di: PILATES, GAG (glutei, addome e gambe),

STRETCH & TONE, YOGA,

ACROBATICA, KARATE e AUTODIFESA

Palestra Giordani - via Musolesi 22 - Bo

Palestra Scandellara - via Scandellara 54 - Bo

Palestra Tempesta - via Martelli 41 - Bo

Palestra Don Bosco - via Vizzani 56 - Bo

Palestra Fermi - via Mazzini 172/2 - Bo

Palestra Saffi- via Panzini 1 - Bo

Palestra Romagnoli- via Panzini 3 - Bo

Palestra Gualandi-via Beroaldo 2-Bo

Pal. Garibaldi - via Andreini 41 - Bo

Palazzetto dello Sport - via Marconi 40 - Loiano



## Palestra GIORDANI Via Musolesi 22

GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE con elementi di:

PILATES LU-ME 18.00 50', G.A.G. LU-ME 19.00 50'

STRETCH TONE: MA o GI 19,30

YOGA ME 20.00 1,5 h KARATE E AUTODIFESA: LU-GI 20.00 1h

ACROBATICA LU- GI 20.00 (2 h presso palestra Tempesta)

A questi si aggiungeranno attività all'aperto che saranno concordate direttamente con i propri insegnanti di riferimento.

## Iscrizione SOCI adulti Quota associativa annuale € 25.00 +

Quadrimestrale ginnastica per la salute monosettimanale. € 110.00,

bisettimanale € 150.00, trisettimanale. € 170.00

Quadrimestrale Yoga monosett. 150.00

Tessera Ginnastica Adulti 10 entrate € 120.00 / Yoga € 175.00

## Iscrizione SOCI bambini Quota associativa annuale € 20.00 +

Quadrimestrale: Corsi princ/intermedi, Ginn.Art. fem, Ritmica e tessuti aerei (comprensivi di body societario) 1 h € 115, 1,5, € 145, 2 h € 175,00, 3h € 220,00

Per tutti gli altri corsi bambini: (senza body societario) 1 h sett. € 105.00, 1,5h € 135,00 2 h sett € 160.00, 3 h sett € 210.00

Preagonistica e Agonistica Federazione ANNUALE € 410.00 / 510,00

Quote Loiano - chiedere in segreteria

Le quote sono da saldare prima dell'inizio dei corsi con la presentazione della documentazione obbligatoria (certificato medico + modulo di iscrizione + green pass oltre i 12 anni).

ORARIO UFFICIO DAL 20/9: dalle 17.30 alle 19.00 solo con prenotazione telefonica LUN Pal Tempesta - GIO Pal Giordani - VEN Pal Scandellara

Info, iscrizioni e prenotazioni: [prenotazioni.energym@gmail.com](mailto:prenotazioni.energym@gmail.com)

GLI ORARI POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI IN BASE AGLI ISCRITTI

I CORSI SONO A NUMERO CHIUSO PERTANTO CONSIGLIAMO DI PRENOTARE VIA

E-MAIL IL PRIMA POSSIBILE. [prenotazioni.energym@gmail.com](mailto:prenotazioni.energym@gmail.com)



**Bambini e ragazzi dai 3 ai 18 anni**

### **BAMBINI Palestra GIORDANI Via Musolesi 22**

**Ginn. ARTISTICA:** (dai 6 anni) **MA-VE** prin 17.00 1 h, inter 18.00 1,5 h  
**GIOCA-ARTISTICA:** (3-5 anni.) **VE** 17.15 1 h, **GIOKARATE** (4-5 anni) **SA** 10,30 50'  
**KARATE:** (dai 6 anni) **LU-ME** 16.50 princ/inter 1 h  
**TESSUTI AEREI:** (da 8 anni) **MA GI** princ/inter 1°liv 17.00 1h  
Intermedi 2° liv. 1,5 h 18.15

### **BAMBINI Palestra FERMI Via Mazzini 172/2**

**Ginn. ARTISTICA:** **LU-ME** (dai 6 anni) princ 1 17.00, princ 2 18.00 1 h  
**MA-GI** interm 1° liv 17.00 1,5 h, interm. 2° liv 18.30 1,5 h  
**GIOCA-ARTISTICA:** (3-5 anni) **ME** 17.00 50'  
**GIOCA-ritmica DANZA classica :** (dai 4 ai 6 anni) **ME** 17.00 1h  
**KARATE:** principianti (dai 5 anni) **VE** 17,00,  
**JAPANESE KICK BOXING** (da 8 anni) 18.00 1 h, **KUMITE'** (combattimento olimpico) ore 19.00  
**Ginn. RITMICA:** (dai 6 anni) principianti **LU-VE** 17.00 1 h,  
interm. **LU** 18.00 **VE** 17,00 1,5 h, **pre-agonistica** **VE** 17.00 3 h (+ *Scandellara*)  
**DANZA CLASSICA:** (da 6 anni) **LU** principianti 17.00 1h  
**RITMICA SQUADRA ESTETICA:** **ME** principianti 18.00 2 h

### **BAMBINI Scuola Gualandi via Beroaldo 2**

**Ginn. RITMICA:** (dai 5 anni in su) principianti **MA- GIO** ore 17.00 1h

### **BAMBINI Palestra Saffi vian Panzini 1**

**GIOCO-ARTISTICA:** (3-5 anni) **LU** 17.00 50'

**Ginn. ARTISTICA:** (dai 6 anni) princ **LU-ME** 17.00 1h interm. **LU-ME** 18.00 1,5h

### **BAMBINI Palestra Romagnoli via Panzini 3**

**Ginn. RITMICA:** (dai 5 anni) princ. **LU-ME** 17.00 1h, interm. 18.00 1,5h *Giulia M*

### **BAMBINI Palestra DON BOSCO via Vizzani. 56**

**GIOCO-MOTRICITA':** (3-5 anni) **LU-VE** 18.00 50'

**KARATE :** (dai 6 anni) **MA-GI** princ. 17.50 1h, inter./ avanzati **18,50** 1 h *Mara*

### **BAMBINI Palestra GARIBALDI via Andreini 41**

**KARATE KENKA :** **ME** (dai 5 ai 7 anni) 17.00 1h - (dagli 8 anni) 18,00 1,5h

### **BAMBINI Palestra SCANDELLARA via Scandellara 54**

**DANZA HIP-HOP/VIDEO DANCE:** (dai 6 anni) **LU-ME** princ. 17.00 1h, inter, 18.00 1 h

**DANZA CLASSICA:** (dai 6 anni) **LU** princ. 17.00 1h

**WUSHU:** (dai 5 anni) **GI** princip. 17.30 1 h, inter/avanz. 17,30 1,5/ 2 h

**GIOCA-RITMICA:** (3-5 anni) **ME** 17.00 1h

**Ginn. RITMICA:** (dai 6 anni) **LU-VE** princ. 17.00 1h, interm. 18,00 1,5h,  
**pre agonistica:** **LU-VE** 18.00 2 h **ME** 17.00 3 h

**CHEERLEADING:** principianti (5-11 anni) **VE** 17.00 1h,

**peewee Junior/Senior MA- GI** 17.00 3 h **VE** 18.00 2 h,

**GIOCA-ARTISTICA:** (3-5 anni) **LU-VE** 17.00 1 h,

**Ginn. ARTISTICA maschile** (dai 4 anni) principianti **MA-GI** 17.00 1 h,  
intermedi 1,5 h **MA-GI** 18.00

**Ginn. ARTISTICA femminile:** (dai 6 anni) princip **LU-ME** 17.00 1 h,

**MA-GI** 17.30 1h, interm. **LU-ME** ore 18.00 1,5, **MA-GI** 18.30 1,5h

**Pre-agonistica** (*Claudia Allieve*) **ME** 17.30 2h (+ *Lu Ve Tempesta*)

**Pre-agonistica Mix** (*Giulia Allieve+ Junior*) **LU** 18.00 2 h (+ *Me Gio Tempesta*)

**Pre-agonistica** (*Chiara Allieve/Junior*) **VE** 17.00 1h / 18.00 2h (+ *Me Ma Tempesta*)

**Pre-agonistica Medie** (*Elena*) **VE** 19.15 2h (+ *Lu Gio Tempesta*)

**Pre ago grandi** **ME** 19.30 2h (+ *Lu Gio Tempesta*)

### **BAMBINI Palestra TEMPESTA Via Martelli 41**

**GIOCA-ARTISTICA:** (3-5 ann) **LU ME** 17.00 50'

**Ginn. ARTISTICA:** (dai 6 anni) princ. **MA-GI** 17,00 1h, **ME VE** 17,00 1h

interm. **MA-GI** 18.00 1,5 h, **ME-VE** 18.00 1,5 h

**Pre-ago piccolissime** **LU GI** 17.00 2h **SA** 10.00 2h

**Pre-agonistica** (*Claudia Allieve*) **LU VE** 18.00 2 h (+ *Me Scandellara*)

**Pre-agonistica Mix:** (*Giulia allieve junior*) **ME -GIO** 18.00 2 h (+ *Lu Scandellara*)

**Pre-agonistica** (*Chiara Junior*) **MA e ME** 18.30 2 h (+ *VE Scandellara*)

**Pre-agonistica** (*Chiara Allieve*) **MA e ME** 17.00 2 h (+ *VE Scandellara*)

**Pre-agonistica Medie** (*Elena*) **LU GIO** 18.30 2 h (+ *Ve Scandellara*)

**Pre-agonistica grandi** **LU- GI** 20.00 2h (+ *Me Scandellara*)

**Agonistica FGI** (*Allieve*) **MER** 17.00 3h, ( junior e senior) **LU-GI** 19.00 3h

**Agonistica** **LU-MA-ME VE** 17.00 **SA** 9.00 3 h

**TEAMGYM** intermedi **ME-VE** ore 19.00 1,5 h

### **BAMBINI Palestra Loiano via Marconi 40**

**GIOCA-ARTISTICA:** **GIO** 16.15 45 min.

**Ginn. ARTISTICA:** princ. **MA VE** 17.00 1 h;

intermedi **MA** 17.00 **GI** 16.15 1,5 h

preagonistica **MA-VE** 16.00 2,5/ 2 h **GI** 16.15 1,5 h

**Ginn. RITMICA:** **GI** 17.00 1 h

Prenotate la vostra lezione gratuita a [prenotazioni.energym@gmail.com](mailto:prenotazioni.energym@gmail.com)