

2023-2024

Polisportiva Energym

www.energym.info

ORARIO UFFICIO solo telefonico dalle 09.00 alle 13.00

3534605562 (Vittoria) - 3274684912 (Elena)

3664204422 (Valentina) - 3297370022 (Simona) - 3463089425 (Edda)

Info, iscrizioni e prenotazioni via e-mail a prenotazioni.energym@gmail.com

I corsi sono a numero chiuso, pertanto consigliamo di prenotare la prova il prima possibile. Gli orari, i giorni e l'assegnazione degli istruttori potranno subire variazioni in base agli iscritti.

ATTIVITA' PER BAMBINI:

CHEERLEADING - TESSUTI AEREI - DANZA HIP HOP
GIOCORITMICA - GIOCARTISTICA - GIOCOMOTRICITÀ
GIOCAKARATE -KARATE (Honbu Dojo Kenka)
GINNASTICA RITMICA - GINNASTICA ESTETICA
GINNASTICA ARTISTICA (M e F) - ACROBATICA
...e solo a Loiano: BASKET - VOLLEY - DANZA CLASSICA

ATTIVITA' PER ADULTI:

GINNASTICA FINALIZZATA alla SALUTE ed al FITNESS
con elementi di: PILATES, GAG (glutei, addome e gambe), YOGA,
STRETCH & TONE, DANZA AFRO, DANZA HIP-HOP/BREAK,
ACROBATICA, KARATE/KUDO e DIFESA PERSONALE
...e solo a Loiano: BASKET - VOLLEY - TANGO ARGENTINO

Palestra Giordani - via Musolesi, 22 - Bologna
Palestra Scandellara/Jacopo - via Scandellara, 54 - Bologna
Palestra Tempesta - via Martelli, 41 - Bologna
Palestra Fermi - via Mazzini, 172/2 - Bologna
Palestra Saffi- via Panzini, 1 - Bologna
Palestra Gualandi- via Beroaldo, 2 - Bologna
Palazzetto dello Sport - via Marconi, 40 - Loiano (BO)
Palestra Roma - via Roma, 121- Loiano (BO)



Palestra GIORDANI

GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE con elementi di:

PILATES: LU-ME 18.10 50' G.A.G: LU-ME 19.00 50'

YOGA: ME 20.00 1,5h DANZA AFRO: MA 20.00 1.20h principianti -
21.20 1.20h intermedi/avanzati STRETCH&TONE: GI 19.30 1h

Palestra TEMPESTA ACROBATICA: LU-GI 20.00 2h

Palestra SCANDELLARA DANZA HIP-HOP/BREAK DANCE: VE 18.00 1h

Iscrizione SOCI adulti: Quota associativa annuale € 30.00 +

Quadrimestrale FITNESS: 1h € 135.00 2h € 200.00, 3h € 240.00;

KUDO 1.5h € 170.00, 3h € 265.00; YOGA 1.5h € 180.00,

Annuale FITNESS: 1h 200.00, 2h € 305.00, 3h 355.00; KARATE/KUDO 1.5h
265.00, 3h € 415.00; YOGA 1.5h € 275.00 Sconto 10% stud università su quota corso

Iscrizione SOCI bambini (comprensiva di body societario o T-shirt)

Quota associativa annuale € 25.00 + quote corso in base alle ore di frequenza settimanale

Quadrimestrale: 1 h € 125.00, 1,5 € 160,00 2 h € 190.00, 2,5h € 215,00;
3h 245.00, 4h € 280,00;

Annuale: 1h € 190.00, 1.5h € 240.00, 2h € 280.00, 2,5h € 340.00, 3h
390.00, 4h € 455.00, Pre-agonistica (no body) € 470.00; (più di 6 h) €
540.00, Agonistica Federazione SILVER e GOLD (info e orari in segreteria)

Quote corsi Loiano: vedi volantino specifico

Sconto fratelli 10% sulla quota corso minore

In fase di iscrizione e' obbligatorio consegnare il certificato medico per attività sportiva non agonistica (libretto verde) per tutti i soci con più di 6 anni, mentre per gli atleti con più di 8 anni che partecipano a gare è necessario produrre certificato medico agonistico.

Le quote sono da saldare PRIMA dell'inizio dei corsi con la presentazione della documentazione obbligatoria (certificato medico + modulo di iscrizione)

Sono previste 2 lezioni di prova gratuita che devono essere prenotate (solo via e-mail) e CONFERMATE DALLA SEGRETERIA.



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

BAMBINI Palestra GIORDANI (via Musolesi, 22)

Ginn. ARTISTICA: principianti (dai 5 anni) VE 17.00 1h - intermedi VE 17.00 1,5h

KARATE: (dai 6 anni) ME 16.50 principianti e intermedi 1h

TESSUTI AEREI: LU 17.00 1h + VE principianti 1,5h (8-10 anni),

MA-GI intermedi A 17.00 1,5h; MA intermedi B 18.30 1,5h GI 18.00 1,5h

VE 18.00 1,5h allenamento senza istruttore per interm./avanz. (12-17 anni) con tessera punti

BAMBINI Palestra FERMI (via Mazzini, 172/2)

Ginn. ARTISTICA: (dai 6 anni) LU-ME principianti A 17.00 1h, principianti B 18.00 1h

LU-VE intermedi A 17.00 1,5h - intermedi B 18.00 1,5h

GIOCARTISTICA (3-5 anni): MA 17.00 1h

Ginn. RITMICA/ESTETICA: (dai 6 anni) principianti MA-GIO 17.00 1h, intermedi 18.00 1,5h avanzati con ginnastica estetica 18.00 2h

BAMBINI Palestra TEMPESTA (via Martelli, 41)

GIOCARTISTICA (3-5 anni): LU-ME 17.00 1h

Ginn. ARTISTICA: (dai 6 anni) principianti MA-GI 17.00 1h, ME-VE 17.00 1h; intermedi ME-VE 18.00 1,5h; avanzati MA-GI 18.00 VE 17.00 2h

GINNASTICA ARTISTICA PREAGONISTICA ED AGONISTICA (palestre: TEMPESTA e SCANDELLARA)

Pre-ago piccolissime MA-GI 17.00 2h - SA 10.00 2h

Pre-agonistica (All./Jun.) MA-ME-VE 17.00/18.30 2h (Ve Scand.) Chiara P.

Pre-agonistica (Allieve) LU-ME-GIO 17.00 2h (Me Scand.) Claudia

Pre-agonistica Mix (Jun./Sen.) LU-MA-GIO 18.30 2h (Lu Scand.) Giulia P.

Pre-agonistica medie (Junior) LU-GI 18.30 2h VE 19.15 2h Elena+Claudia

Pre-agonistica grandi (2006 in poi) LU-GI 20.00 2h + VE 19.15 2h

Agonistica FGI (Allieve Gold) LU-MA-GI-VE-SA

Agonistica FGI (Allieve Silver) LU-ME-GI 17.00 3h + SA

Agonistica FGI (Junior /Senior Silver) LU-GI 19.00 3h - VEN 18.30 3h

Agonistica FGI maschi (Silver e Gold) LU-MA-ME-VE 17.00 3h + SA

BAMBINI Palestra SCANDELLARA (via Scandellara, 54)

DANZA HIP-HOP/BREAK DANCE: VE princ. 17.00 1h (6-11 anni); giovani/adulti. 18.00 1h

CHEERLEADING: MA-GI 18.00 1h (6-10 anni); Junior-Senior MA-GI 18.30 2h

KARATE: MA-GI principianti A (5-8 anni) 17.00 1h, princ. B (dai 9 anni in su) 18.00 1h; intermedi 18.00 1,5h

GIOCORITMICA (3-5 anni): ME 17.00 1h

GIOCARTISTICA (3-5 anni): LU-VE 17.00 1h

Ginn. RITMICA: (dai 6 anni) LU-VE principianti 17.00 1h intermedi 18.00 1h, avanzato 18.00 2h, Silver LU-ME 17.00 3h + VE 17.00 4h

ARTISTICA femminile: (dai 6 anni) LU-ME princ. 17.00 1h, intermedi 18.30 1,5h

MA-VE principianti 17.00 1h, intermedi 18.00 1,5h,

avanzati A LU 17.00(+Ve Tempesta), avanzati B GI 17.30 2h

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

BAMBINI Palestra SAFFI (via Panzini, 1)

GIOCARTISTICA: (3-5 anni) LU 17.15 45 min

Ginn. ARTISTICA: (dai 6 anni) LU-ME principianti 17.00 1h, intermedi 17.00 1,5h avanzati 18.00 2h

BAMBINI Palestra GUALANDI (via Beroaldo, 2)

Ginn. RITMICA: (da 5 anni) MA-GIO principianti 17.00 1h - intermedi 18.00 1,5h

KARATE: (dai 5 anni) LU-VE principianti 17.00 1h - intermedi 18.00 1,5h, avanzati 19.30 1,5h + SA 16.00 2h

BAMBINI Palestra Loiano (via Marconi, 40 o via Roma, 121)

per le quote Loiano vedere volantino dedicato o chiedere in segreteria

GIOCARTISTICA (3-5 anni): GIO 16.10 45 min

Ginn. ARTISTICA: MA-GIO principianti (dai 6 anni) 17.00 1h - intermedi MA 17.00 1,5h + GIO 16.15 1,5h- preagonistica MA-VE 16.00 2,5/2h GI 16.15 1,5h

VOLLEY: LU-ME principianti (6-9 anni) 17.00 1h - intermedi (9-13 anni) 18.00 1,5h

BASKET: MA-GI principianti (6-9 anni) 17.15 1h (via Roma) - intermedi (9-13 anni) 18.30 1,5h

DANZA CLASSICA: principianti (dai 6 anni) LU 18.30 1h + ME 18.00 1h (via Roma)

TANGO ARGENTINO ADULTI: LU-ME 19.30 1,5h (via Roma)

ADULTI VOLLEY: GIO 20.00 1,5h - ADULTI BASKET: VE 20.00 1,5h