

## **DI CHE SI TRATTA**

Vasta gamma di corsi sportivi che rappresentano un'occasione di socializzazione importante ed uno strumento con cui mantenere la salute del corpo e della mente.

I corsi vengono svolti presso le strutture sportive comunali avvalendosi della collaborazione di personale qualificato.

## **A CHI SONO RIVOLTI**

I corsi sono rivolti ai cittadini, uomini e donne, giovani e meno giovani, occorre solo aver compiuto i 18 anni d'età e non superare il limite massimo di 80 anni.

## **SVOLGIMENTO**

I corsi avranno inizio ad Ottobre 2019 e termineranno a Maggio 2020. Le lezioni saranno mono settimanali (totale 30 ore) e bisettimanali (totale 60 ore). Per quanto riguarda le lezioni non effettuate a causa di un impedimento dell'insegnante, verranno recuperate.

## **CORSI GIORNALIERI**

### **CORSI BISETTIMANALE**

ATTIVITA' MOTORIA c/o palestra Via Boccaccio

1° TURNO	martedì e venerdì	orario 9.00 - 10.00
2° TURNO	martedì e venerdì	orario 10.00 - 11.00
3° TURNO	martedì e venerdì	orario 11.00 - 12.00

### **CORSO MONO SETTIMANALE**

GINNASTICA DOLCE c/o Scuola Primaria Villaggio Residenziale

	sabato	orario 10.00 - 11.00
PILATES MAT e piccoli attrezzi	sabato	orario 11.00 - 12.00

## **CORSI SERALI** c/o palestra Via Besana

### **CORSO BISETTIMANALE**

ATTIVITA' MOTORIA	lunedì	orario 19.30 - 20.30
	mercoledì	orario 19.00 - 20.00

### **CORSI MONO SETTIMANALI**

ATTIVITA' MOTORIA	lunedì	orario 18.30 - 19.30
AEROBICA SOFT	mercoledì	orario 20.00 - 21.00
AEROBICA/G.A.G.	mercoledì	orario 18.00 - 19.00
PILATES MAT e piccoli attrezzi	c/o Scuola Primaria Villaggio Residenziale	
	venerdì	orario 18.30 - 19.30
		orario 19.30 - 20.30

## **QUOTE**

- corsi bisettimanali: € 180,00 per i residenti - € 220,00 per i non residenti
- corsi mono settimanali: € 100,00 per i residenti - € 130,00 per i non residenti
- quota assicurativa: € 5,00

**La quota di partecipazione ai corsi, da corrispondere all'atto d'**

## **iscrizione ed in un'unica rata, dovrà essere versata con le seguenti modalità:**

- POS BANCOMAT c/o UFFICIO COMUNE APERTO – Centro Culturale De Andrè Via Piola, 10
- Bonifico Bancario tramite il seguente codice IBAN: IT31Z052163320000000001787
- Bollettino di Conto Corrente Postale n. 42527200 intestato a Comune di Inzago gestione scuola palestre biblioteca e servizi tesoreria
- Pagamento diretto c/o la Tesoreria Comunale CREDITO VALTELLINESE SC Agenzia di Inzago – strada Pad Superiore 2

**Riportare nella causale il corso per il quale si effettua l'iscrizione e ricordarsi di saldare oltre alla quota di partecipazione anche la quota assicurativa.**

In caso di ritiro sarà possibile la restituzione del 50% sulla quota totale di frequenza, solo a fronte di comunicazione scritta, all'ufficio Sport, entro 30 giorni dalla data di inizio corso.

In caso di ritiro dal corso nei primi 3 mesi per problemi di salute e solo a fronte di presentazione di certificato medico che attesti l'impossibilità di frequenza, sarà possibile la restituzione del 50% sulla quota di frequenza.

La quota assicurativa non sarà rimborsata in entrambi casi di ritiro.

In caso di mancato raggiungimento del numero per l'attivazione del corso, si procederà al rimborso della quota versata.

## **ISCRIZIONI dal 16 al 26 Settembre 2019**

Le iscrizioni ai corsi si ricevono presso lo Sportello Polifunzionale "Comune Aperto" negli orari di apertura al pubblico.

I moduli d'iscrizione saranno disponibili sul sito istituzionale del Comune di Inzago [www.comune.inzago.mi.it](http://www.comune.inzago.mi.it) e presso l'ufficio Comune Aperto – Centro de Andrè.

Le iscrizioni dei residenti verranno accolte sino ad esaurimento dei posti disponibili, seguendo l'ordine progressivo di protocollo e saranno valedoli per tutta la durata del corso. Le richieste dei non residenti verranno accettate con riserva, solo in caso di disponibilità di posti verranno accolte, secondo il loro ordine cronologico di presentazione.

Ogni persona potrà presentare non più di 3 moduli d'iscrizione.

A fronte di disponibilità di posti, potranno essere accettate iscrizioni nel mese di gennaio, con inizio frequenza a febbraio, con un abbattimento del 50% sulla quota di partecipazione.

## **IDONEITA' e ABBIGLIAMENTO**

Per tutti i corsi è obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica da consegnare all'istruttore alla prima lezione. Chiunque si presenti privo di certificato non verrà ammesso in palestra. Gli iscritti dovranno presentarsi alle lezioni in tenuta idonea all'attività fisica (**sono obbligatorie scarpe da ginnastica da utilizzare solo in palestra**) e muniti di stuoia per esercizi a terra.

