

AREA ÉLITE

MOVIMENTO DI QUALITÀ
PER I TUOI OBIETTIVI,
PER LA TUA SALUTE

GINNASTICA POSTURALE
RITROVA IL TUO EQUILIBRIO

POSTURAL TEENAGER
CRESCERE IN EQUILIBRIO

RUNNER&SKYRUNNER
PREPARAZIONE - POSTURA - PREVENZIONE

4WOMAN
L'ALLENAMENTO AL FEMMINILE

PERSONAL TRAINING
L'ALLENAMENTO SU MISURA

FREEMOVE
IL TUO CORPO ATLETICO E LIBERO DALLA
TENSIONE

I corsi partiranno al raggiungimento minimo di iscritti.
Le attività vengono svolte all'interno degli spazi della
POLISPORTIVA.

PER CONOSCERE GIORNI,
ORARI e PREZZI:
GABRIELE: 340 8957037
o CONSULTA IL VOLANTINO SPECIFICO
CHE TROVI IN RECEPTION



I NOSTRI CORSI NUOTO

PULCINI (dai 3 ai 30 mesi) • SUPERBABY (dai
30 mesi ai 4 anni) • BABY (dai 4 ai 6 anni) •
RAGAZZI (dai 7 ai 13 anni) • SALVAMENTO
(dagli 11 anni) • TEENAGER • ADULTI •
MASTER • SQUADRA DI NUOTO

I NOSTRI CORSI ACQUA FITNESS

ACQUAGYM • ACQUASOFT •
ACQUAGAG • ACQUABIKE •
ACQUACIRCUIT • ACQUATONIC •
NEW!!! PALESTRA IN ACQUA

ALTRI SERVIZI

NUOTO LIBERO • CORSO GESTANTI •
CORSI PRIVATI • TERMARIO • FISIOTERAPIA
• VISITE MEDICHE IN SEDE • BAR •
AMPI PARCHEGGI • GIARDINO ESTIVO •
CAMPI TENNIS • NOLEGGIO IMPIANTI

**CERTIFICATO MEDICO
DI ATTIVITÀ SPORTIVA NON
AGONISTICA OBBLIGATORIO**



ATTIVITÀ SPORTIVE

POLISPORTIVA BREMBATE SOPRA

Via B.Locatelli, 36 Brembate Sopra
035.621343

www.piscinabrembate.it
info@piscinabrembate.it

 Piscina Brembate Sopra

 piscinabrembatesopra

FITNESS E MANTENIMENTO

chiedi il volantino in reception **CORSI PALESTRA:**
STEP • GYM MUSIC • CIRCUIT TONE
PILATES • WORKOUT MIX BALLET
• INTERVAL WORKOUT • POWER
G.A.G • GINNASTICA DOLCE •
YOGA • OSSA PER LA VITA
KRAV MAGA (difesa personale) •
BALLO LISCIO • SPINNING •
BODY BLADE

WUSHU • KUNG-FU | SHAOLIN

FEMMINILE e MASCHILE a partire dai 16 anni
VENERDÌ dalle ore 21 alle 22 DA SETTEMBRE
CENTRO SPORTIVO - SALA CORPO LIBERO - info: 338 2677703 (MAX)

HIP HOP

FEMMINILE e MASCHILE a partire dai 5 anni
DA SETTEMBRE - SALA CORPO LIBERO
info: SEGRETERIA 347 1896109 | GNAMMY 347 8497229
consultare volantino specifico in reception

MOVE YOUR ENERGY - BABY 4-6 ANNI

FEMMINILE e MASCHILE dai 4 ai 6 anni
DAL 2 OTTOBRE - MERCOLEDÌ dalle 16.30 alle 17.30
info: 345 3054490 (SILVIA) - consultare volantino specifico in reception

GINNASTICA PRESCIISTICA e CORSI SCI

FEMMINILE e MASCHILE a partire dai 15 anni
MARTEDÌ e GIOVEDÌ dalle ore 20 alle 21 - DA OTTOBRE
CENTRO SPORTIVO CALCETTO (martedì)
PALESTRA ELEMENTARI (giovedì)
info: SEZIONE GEB 338 5238547(CRISTIAN) - 3485812025 (CARASTRO)

SEZIONE CACCIA

Associazione cacciatori lombardi
QUAGLIODROMO - info: 333 5223548 (CRIPPA)

ATTIVITÀ E SPORT AGONISTICI

GINNASTICA RITMICA

FEMMINILE dai 4 anni - DA OTTOBRE
CONSULTARE VOLANTINO SPECIFICO in reception
info: 333 1976789 (DANIELA) - www.rifmicabrembatesopra.it

KARATE

FEMMINILE e MASCHILE dai 5 anni - DA OTTOBRE
LUNEDÌ e MERCOLEDÌ dalle 18 alle 21 - PALESTRA SCUOLE ELEMENTARI
VENERDÌ dalle 18.30 alle 20.30 - PALESTRA SCUOLE MEDIE
Lezioni di 1 ora - gruppi e orari stabiliti da istruttori
info: 338 8626209 (LIANA) - www.karatebrembatesopra.net

ATLETICA

FEMMINILE e MASCHILE dai 6 ai 15 anni - DA OTTOBRE
PISTA INDOOR E PISTA del CENTRO SPORTIVO

GIOCATLETICA: Martedì-Giovedì dalle 16.30 alle 17.30
(1°-2°-3° ELEM.) info: 328 8142877 (MATTEO)

AVVIAMENTO: Martedì-Giovedì dalle 16.30 alle 18
(4°-5° ELEM.) info: 348 6940883 (FEDERICA)
(SC.MEDIE e 1°SUP) 348 9821050 (MANOLO) - 349 0914831 (PAOLO)

CATAGONISTICHE: (cadetti/allievi/juniores/senior) ogni sera dalle 18.00
info: 338 8019800 (RUGGERO) - 338 7231180 (ANGELO)
338 2451393 (SARO - GRUPPO BERGAMO)

BASKET e MINIBASKET

SQUADRE MISTE dai 4 anni fino UNDER 14 poi solo MASCHILE
ALLENAMENTI DA SETTEMBRE
Minibasket fino Under 18: 333 4169594 (PAOLA) - 349 2663105 (ELVIO)
1 sq.: 346 2318403 (VALTER) - 2 div.: 347 7004344 (ANGELO)
CSI OPEN: 349 2663105 (ELVIO)
INFO su squadre/sedi/giorni e orari: www.basketbrembatesopra.it

CALCIO

SCUOLA CALCIO: MASCHILE dai 5 anni - DA SETTEMBRE
CAMPO CALCIO VIA TORRE
info SETT.GIOVANILE E 1°SQUADRA: 3402366732 (LORENZO)
info AMATORI 3°CAT: 338 2411352 (GIANLUCA)

PALLAVOLO

SCUOLA DI PALLAVOLO: FEMMINILE dai 5 ai 14 anni
SQUADRA DI PALLAVOLO: FEMMINILE dai 12 anni -
under 13/14/16/18/ SERIE C
PALESTRA SCUOLE MEDIE - CONSULTARE VOLANTINO SPECIFICO
info: 331 2908719 (LAURA) - 348 7365973 (HOMAR)

NOLEGGIO IMPIANTI

Per prenotare contattaci allo 035 621343,
tramite whatsapp 350 0659305 o mail a
info@piscinabrembate.it

PALASPORT - PALESTRE
(solo se disponibili)

PALLAVOLO/BASKET/PALLAMANO

CALCIO (campo sintetico Via Torre)

CALCETTO COPERTO (Centro Sportivo)

TENNIS

PISTA DI ATLETICA:
possibilità di ingresso giornaliero o tessera annuale

INFORMAZIONI GENERALI

Questo depliant riporta informazioni essenziali delle attività e i numeri telefonici da chiamare per informazioni specifiche. INFORMAZIONI DETTAGLIATE e TARIFFE sono da chiedere alle varie SEZIONI o si trovano sui volantini specifici di ogni attività esposti in reception piscina.

**ISCRIZIONI A TUTTE
LE ATTIVITÀ DA SETTEMBRE**
sempre aperte tutto l'anno
presso reception piscina o sezioni

**CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO
PER TUTTI I CORSI.**

NON AGONISTI: certificato per "ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA" dal proprio medico o su appuntamento presso il medico della piscina.

AGONISTI: certificato specifico c/o centri medicina sport