



BALLI E FITNESS

PRESSO ARCI I° MAGGIO

Ballo liscio, da sala, di coppia
(chachacha, mambo, swing, rumba, bachata, salsa) il lunedì ore 20.30 –
presentazione 19 settembre ore 21

Info Carla 340/2240285

Yoga e shiatzu: lunedì e venerdì ore
20 – presentazione 30 settembre
Info Claudio 339/8930466

**PRESSO SALA POLIVALENTE
VIA D'ANNUNZIO 3**

**Total body workout - Circuito
funzionale - Step tonic - Aero tonic
- Pound - Strong by zumba**
martedì e giovedì ore 20
info **ASD Fisicamente**
Alessia 347/4898975

**Danza moderna (dagli 8 anni) - Hip
hop baby e junior - Break dance:**
Lunedì e mercoledì dal 16 ottobre
Info **Studio Arte Movimento ASD**
info Silvia 338/3509398

MOVIMENTO ADULTI

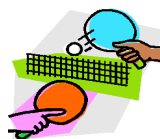
Gruppi di cammino (qualsiasi età, con
istruttore qualificato): lunedì e giovedì
ore 17.30 (o prima d'inverno)
da Via Dugoni 9

Ginnastica di mantenimento: dal 1
ottobre, martedì e giovedì ore 16.15
Palazzetto dello Sport
info Valenza Simona 338/2994717
ACRA tel. 0376/614443



MOUNTAIN BIKE

MTB e ciclocross in golaena affiliato
FCI giorni e orari da concordare
(dagli 8 anni servono consenso
genitore, bici e casco)
Info **ASD Chero Group Team Sfrenati**
Info Leonardo 340/2125724



TENNIS TAVOLO

Corsi adulti e ragazzi ore 20.30/22.30
Presso Palestra Athlesis Via Montale 16
AS Tennis Tavolo
Info 345/9068520

SPORT 2019/2020 SAN BENEDETTO PO

A cura degli Assessorati allo Sport
e alle Politiche Giovanili
Comune di San Benedetto Po

Ufficio Informagiovani

Via Dugoni 9/B (Biblioteca)

Tel. 0376/623094

e-mail:

informagiovani@comune.san-benedetto-po.mn.it

Orari invernali:

Martedì ore 11.00/12.30 –
16.00/18.00

Giovedì ore 16.00/18.00

Sabato ore 10.30/12.30

**Sei un'associazione e vuoi
essere inserita in questo
volantino?**

**Vuoi altre informazioni su
corsi e attività sportive?
Contattaci!**

CALCIO



CALCIO GIOVANILE

Primi calci (2011-2012) e **Pulcini** (2009-2010) martedì e venerdì ore 17.30/19.00 - **Piccoli amici** (2013-14) mercoledì e venerdì ore 17.00/18.00

Esordienti (2007-2008) lunedì e giovedì ore 18.15/19.45 -
Campo Sportivo Arci Villa Garibaldi
FCD Polirone: Sechi 344/1098788
Corradini 335/6448936

CALCIO FEMMINILE (Noi Sport Verona)

Dai 14 anni, mercoledì ore 20.30,
venerdì ore 21.00

Palazzetto dello Sport

FG Sambe Udito Finissimo

Info Silvia 347/0667309

CALCIO AMATORIALE OVER 35 (UISP)

Campo Via Trieste, giovedì ore 20
Info Federico 349/4072297 ASD
Polisportiva San Benedetto

TENNIS



Corsi per bambini, ragazzi, adulti

Presso Palazzetto dello Sport
orari in definizione
Info Istr. Marco Roviario 366/4948979

VOLLEY



Motoria giochi (4-5 anni):

mercoledì 16.15/17.30 - **Volley s3**
Spikeball S3 (5/9 anni): martedì e
giovedì ore 17.00/18.00 - **Under 16**
femminile FIPAV (10 ai 16 anni):
martedì ore 18.00/19.30, giovedì
19.30/21.00 - **Under 16**

maschile FIPAV: martedì ore
19.30/21.00, giovedì ore 18.00/19.30 -

Ginnastica per adulti con palla:

martedì ore 21.00/22.00

Palazzetto dello Sport

Polirone Volley ASD

info Fausto 366/1990317

NUOTO E FITNESS



NUOTO

Baby-bolle (0-36 mesi) - **Bambini** -
Adulti - **Nuoto libero** - **Gestanti** (dal
17 settembre) - **Bagnino di**
salvataggio (dal 21 ottobre)

FITNESS IN ACQUA

Fitness - **Acquagym** - **Hydrobike** -
Idrokinesiterapia

Info SSD Leana 0376/612337 o
FB Piscina San Benedetto Po

BASKET



MINIBASKET

Nati anni dal 2006 al 2013
lunedì e venerdì ore 16.15/18.30
Info Diego 347/1178652

CAMPIONATO OPEN CSI

Nati 2004 e anni precedenti

Lunedì ore 21.00/23.00
e giovedì ore 20.30/22.30

Palazzetto dello Sport

ASD Basket Polirone

Info Damiano 331/2075294
Info FB: Basket Polirone

KARATE



Principianti (dai 3 anni):
lunedì e venerdì ore 18.30/19.30
Agonisti (adulti ed esperti):
lunedì e venerdì ore 19.30/21.00
Palazzetto dello Sport
ASD Nuova Jitakyoei
Info Sensei Antonio Bernardelli
335/7240558