



LO SPORT A NEMBRO



ARTISTICA PONTERANICA A.S.D.

Corso di Ginnastica Artistica

Il corso prevede l'avviamento all'acrobatica ed il perfezionamento delle tecniche della ginnastica artistica, anche con l'aiuto di attrezzi come la pedana ed il minitrampolino. È rivolto sia a ragazzi sia a ragazze che vogliono imparare a fare capovolte, ruote, verticali, spaccate e ponti.

Si tiene presso la palestra della Scuola Media di Nembro, dalle 16.00 alle 17.00 (due gruppi suddivisi in base all'età ed alle capacità).

Data di inizio: martedì 10 ottobre 2017. PROVA GRATUITA: MARTEDÌ 26 SETTEMBRE 2017, dalle 16.00 alle 17.00.

Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a Silvia Turani 339.34.89.488 - silviaturani79@hotmail.com

ATLETICA SALETTI A.S.D.

Corsi di avviamento all'Atletica Leggera

- 1ª - 2ª elementare: il venerdì dalle 17.00 alle 18.00
- 3ª - 4ª - 5ª elementare: il martedì dalle 17.00 alle 18.00 ed il giovedì dalle 17.15 alle 18.15
- 1ª - 2ª - 3ª media: il martedì dalle 18.00 alle 19.00 ed il giovedì dalle 18.00 alle 19.00

I corsi avranno inizio il 03.10.2017 e si terranno presso la palestra della Scuola Media di Nembro.

Per informazioni: 035.65.66.70 - atlsaletti@hotmail.com - www.atleticasaletti.it

BAILA CONMIGO A.S.D.

Zumba Fitness:

- il martedì alle ore 20.30 presso la Palestra della Scuola Primaria di Pradalunga
- il giovedì alle ore 20.30 presso il Salone sopra il Bocciodromo del Parco Montecchio di Alzano Lombardo

Ai corsi ci si può iscrivere tutto l'anno - Info: 339.36.42.428 - 339.17.54.090 - www.bailaconmigobg.it

BASKIN SERIANA

Cos'è? Il Baskin (basket inclusivo) è una nuova disciplina sportiva che, ispirandosi al basket, consente la partecipazione al gioco di squadra di ragazzi e ragazze, sia normodotati che diversamente abili, valorizzando le abilità motorie di ciascuno e migliorandone al contempo le capacità comunicative e relazionali.

Target: L'attività si rivolge a ragazzi e ragazze, giovani e adulti dai 14 anni in poi.

Dove: Ci alleniamo presso la palestra della Scuola Primaria di San Faustino, tutti i venerdì dalle 14.30 alle 16.30 e,

da gennaio 2018, anche tutti i giovedì dalle 16.30 alle 18.30.

Per info: Letizia Maffioli (Allenatrice e Referente Seriana Baskin) – 340.66.81.953 – letizia.maffioli@gmail.com

CAI sezione di Nembro

Attività Sportiva: Arrampicata Sportiva Junior e Senior, Arrampicata Indoor - Corsi di Scialpinismo, Snowboard, Alpinismo di Base - Gite per Ragazzi (Alpinismo Giovanile) - Trekking - Mtb

Contatti: www.cainembro.it - infocai@cainembro.it - Sede: via Ronchetti 25 - Nembro

COMBO DANCE SCHOOL A.S.D.

La Combo Dance School - Scuola di Danze Urbane propone corsi di Hip Hop - Jazzfunk - House - Heels Performance - Breakdance - Formazione di Vogue e Dancehall per TUTTE LE FASCE D'ETÀ, dai 4 anni agli Over 18! L'attività Sportiva inizia lunedì 11 settembre 2017 e si svolge presso la Sala Civica Bonorandi di Nembro, via Ronchetti 29. DUE LEZIONI DI PROVA GRATUITE!

Info: Andrea Benigni e Loredana Giarratana: tel. 348.37.35.326 - E-mail: combodanceschool@gmail.com -

Facebook: Combo Dance School - Instagram: Combo_danceschool

DAVID ORATORIO A.S.D.

La Società si pone come obiettivo la crescita umana dei ragazzi attraverso lo sport.

Attività proposte:

- SCUOLA CALCIO - in collaborazione con A.S.D. GAVARNESE CALCIO, per i bambini/e nati/e negli anni 2010-2011 allenamenti in oratorio, in giorni e orari diversi in funzione della squadra
riferimento DAVID: Osvaldo Zanardi 328.66.60.310 - riferimento Gavarnese: Romano Grigis 338.83.41.421
- CALCIO A 7, maschile e femminile a partire dai 6 anni
allenamenti in oratorio, in giorni e orari diversi in funzione della categoria
riferimento: Osvaldo Zanardi 328.66.60.310
- PING-PONG, maschile e femminile a partire dai 10 anni
allenamenti in oratorio, il martedì e il venerdì dalle 20.30 alle 22.30
riferimento: Giorgio Gambirasio 328.95.20.339
- CALCIO BALILLA, maschile e femminile a partire dai 14 anni (dai 16 anni per campionato)
allenamenti in oratorio, il lunedì, il martedì e il mercoledì dalle 21.00 alle 23.00
riferimento: Gianluca Belotti 346.23.86.620

Tutte le attività iniziano a Settembre 2017 e terminano a Maggio 2018

Per info: www.asddavid.com - david@asddavid.com

GAVARNESE CALCIO A.S.D.

Attività: CALCIO

Per info: www.asdgavarnesecalcio.it - ds@asdgavarnesecalcio.it

JUDODINAMICA A.S.D.

ATTIVITÀ SVOLTA :

- JUDO: per bambini/e dai 5 anni - per ragazzi/e - per adulti
Il JUDO è un'arte marziale giapponese con scopi educativi, per il corpo e la mente, ed è adatto a tutte le età. Oltre allo sport si ha la possibilità di migliorare il proprio autocontrollo e di apprendere delle tecniche efficaci di

DIFESA PERSONALE. Il Judo favorisce il massimo sviluppo fisico e psichico, e la costituzione di una personalità equilibrata e sicura.

- AUTODIFESA e JU-JITSU: per ragazzi/e dai 12 anni - per adulti
Tecniche di Autodifesa di semplice ed efficace applicazione anche per chi non abbia una grande preparazione fisica (M.G.A e Judo - Ju Jitsu); difendersi dalle più tipiche situazioni di aggressione, seguendo una scala progressiva di incisività. Aspetti legali e psicologici della autodifesa.
- ATTIVITÀ MOTORIA INFANZIA: per bambini/e dai 3 ai 5 anni
L'attività motoria è fondamentale per lo sviluppo fisico e cognitivo del bambino. Grazie al gioco motorio il bambino impara a conoscere sé stesso, l'ambiente circostante e l'altro; sperimenta i concetti di spazio e di tempo; sperimenta le relazioni sociali, costruisce la propria personalità e sviluppa il senso del rispetto.

Tutti i corsi si svolgono presso la Palestra JUDO delle Scuole Primarie di Via S. Faustino, 2

- CORSO 1 JUDO: da 5 a 11 anni - Martedì e Venerdì, ore 18.00 - 19.00
- CORSO 2 JUDO: da 12 anni, Agonisti e Adulti - Martedì e Venerdì, ore 19.15 - 20.15
- CORSO AUTODIFESA/JU-JITSU: Martedì, ore 20.30 - 21.30
- ATTIVITÀ MOTORIA INFANZIA: Venerdì, ore 17.00 - 17.50

Iscrizioni aperte tutto l'anno, dal 1° settembre 2017 al 31 maggio 2018.

Per info: Cristiano Corna 345.83.30.888 - www.facebook.com/judodinamica

NEMBRESE CALCIO U.S.D.

- Attività: Calcio
- Orari allenamenti: dal lunedì al venerdì, dalle ore 16.00 alle ore 20.00, a seconda dell'età
- Partite di campionato: sabato pomeriggio e domenica mattina per il settore giovanile; domenica pomeriggio per la prima squadra.

Per info: 333.18.90.121 - email: nembresecalcio@libero.it - www.nembresecalcio.it

PALLAVOLO GAVARNO A.S.D.

CORSO DI MINIVOLLEY - Per i nati negli anni 2007-2008-2009-2010.

- Palestra "Antonio Scarpellini" di Gavarno, da Gennaio 2018 a Giugno 2018: Lunedì dalle 16.30 alle 18.00 e Mercoledì dalle 16.30 alle 18.00
 - Palestra Scuole Media di Nembro (via Famiglia Riccardi, 2), da Ottobre 2017 a Dicembre 2017 (se indisponibile la Palestra di Gavarno per lavori di ristrutturazione): Lunedì dalle 16.30 alle 17.30 e Venerdì dalle 16.00 alle 17.00
- Inizio: Lunedì 2 Ottobre 2017 - Per info: Carrara Giuseppina 333.83.47.206 - orovolleygavarno@gmail.com

RITMICAMENTE A.S.D.

Corsi di base ed avanzati per l'insegnamento della ginnastica ritmica. Attività nella quale si trovano elementi propri della danza ed elementi acrobatici e di coordinazione, unitamente alla maestria nell'utilizzo dei piccoli attrezzi (funne, palla, cerchio, clavette e nastro). Attività per bambine a partire dai 4 anni.

Corsi di 1 o 2 ore settimanali, una volta la settimana, a partire dal mese di settembre 2017, il Mercoledì dalle ore 16.30 alle ore 19.00 presso la Palestra della Scuola Media di Nembro.

Per info: Laura 338.80.68.391 - info@ritmicamente.it - www.ritmicamente.it

SATIRO DANZANTE A.S.D.

Scuola di Danza Classica e Moderna diretta da Francesca Pelliccioli.

I corsi sono rivolti a bambini, ragazzi e giovani: DANZA CLASSICA - REPERTORIO - PUNTE - SBARRA A TERRA - GIOCODANZA® (a partire dai 3 anni compiuti) - MODERN - CONTEMPORANEO - TEATRO e da quest'anno un

nuovo corso: DANZA IN FASCIA® per mamme e bebè.

Team di insegnanti qualificato: laureati presso l'Accademia Nazionale di Danza di Roma e l'Accademia del Teatro alla Scala di Milano. Sede dei Corsi: Sala Danza presso l'Istituto Comprensivo E. Talpino di Nembro.

Riunione informativa: Venerdì 15 settembre 2017 alle ore 20.00, presso la Biblioteca Centro Cultura di Nembro.

Inizio dei corsi: da lunedì 18 settembre 2017. Possibilità di una lezione di prova.

Info: 328.93.12.850 - asdsatirodanzante@gmail.com - Facebook: Satiro danzante - www.asdsatirodanzante.it

SCUOLA TENNIS GIGI A.S.D.

Corsi di Tennis per Bambini, Ragazzi e Adulti presso il Centro Tennis di Nembro (via Nembrini - Località Saletti)

Inizio Corsi: Lunedì 3 ottobre 2017

Prova gratuita: Mercoledì 13 settembre dalle 15.00 alle 17.00

Per info: infogigi7@gmail.com - <https://tennisgigi.jimdo.com> - 338.58.98.009

SERIANA BASKET '75 A.D.

Corsi di Mini Basket diversificati per fasce di età, per consentire un corretto apprendimento a chi si vuole avvicinare a questo sport, naturalmente divertendosi.

Presso la Palestra della Scuola Primaria del Centro in via Moscheni

- PULCINI: Martedì e Giovedì - dalle 16.30 alle 17.30 - per i bambini e le bambine di 5, 6 e 7 anni
- SCOIATTOLI: Martedì e Giovedì - dalle 17.30 alle 18.30 - per i bambini e le bambine di 8 e 9 anni
- AQUILOTTI: Lunedì e Giovedì - dalle 18.30 alle 20.30 - per i bambini e le bambine di 10 anni

Per info: Marco Merelli 338.75.61.642 - mail: segreteria@serianabasket.it

SNOWTIME BAZ - BAZ SNOW & RACE A.S.D.

Corsi di Pattini in Linea, per ragazzi e bambini (è consigliata un'età non inferiore ai 5 anni).

Sono organizzati nel periodo primaverile ed estivo presso la Pista Ciclabile del Centro Sportivo "Saletti" di Nembro, con l'obiettivo di migliorare le capacità coordinative generali, speciali e condizionali per facilitare lo Sci Alpino.

I corsi sono tenuti da allenatori di Sci ed istruttori riconosciuti dalla Federazione di Pattinaggio.

Per info: 339.53.52.950 - lucarondi@alice.it - www.bazsnowrace.it

TEAM MOROTTI A.S.D.

Sezione CICLISMO

- Affiliazione Federazione Ciclistica Italiana e A.C.S.I.
- Possibilità di partecipare a gare nel settore AMATORIALE nelle diverse discipline: strada (granfondo; cronoscalate e circuiti); MTB (cross country, enduro e downhill)
- Nessun obbligo di frequenza
- Età: dai 18 anni

Sezione PALLAVOLO

- Livello amatoriale
- Età: dai 20 anni
- Allenamenti: Lunedì e Giovedì dalle 21.00 alle 22.30 (possibilità di scegliere una sola giornata)

Per info: 035.52.20.21 (Negozio Morotti Solociclismo) - asdteammorotti@outlook.it

TRAINING AUTOGENO

Corso Base ed Avanzato, per Adolescenti e Adulti

Presso la Sala Danza della Scuola Media di Nembro.

10 incontri per ogni singolo corso in orario da definire, da Ottobre 2017.

Per info: Dott.^{ssa} Elisa Corberi (Psicologa-Psicoterapeuta)

333.95.89.517 - e.corberi@gmail.com - elisacorberi.blogspot.com

VOLLEYMANIA NEMBRO A.S.D.

Corsi di Avviamento allo Sport per i bambini e le bambine nati negli anni 2010 e 2011

- Palestra di Viana: martedì ore 14.30 e venerdì ore 15.30
- Palestra di San Faustino: martedì ore 14.30 e giovedì 14.30

Corsi di Minivolley per i bambini e le bambine nati negli anni 2007 - 2008 - 2009

- Palestra di Viana: martedì ore 15.30 e venerdì ore 16.30
- Palestra di San Faustino: martedì ore 15.30 e giovedì 15.30

Inizio corsi: martedì 26 settembre 2017

Contatti:

Alberto: 3405191650 - Mirco: 3201646617 - volleymania@volleymanianembro.it

www.volleymanianembro.com - www.facebook.com/volleymanianembroasd

YOGA-UISP "SOLE-LUNA"

Corsi "Yoga per Bambini" - dai 6 ai 12 anni

Generalmente i corsi vengono tenuti nei mesi di Ottobre-Novembre e Febbraio-Marzo presso la Scuola Primaria di San Faustino di Nembro. Essendo corsi di breve durata, i giorni e gli orari sono definiti di volta in volta. Per maggiori informazioni: Bruna 345.79.92.355

Corsi "Yoga per tutti" - da lunedì 18 Settembre 2017

- presso la Scuola Primaria di San Faustino di Nembro
il Lunedì dalle 18.00 alle 19.30 e dalle 20.00 alle 21.30
il Giovedì dalle 18.30 alle 20.00
- presso la Sala Civica Bonorandi - via Ronchetti 29 - Nembro
il Martedì dalle 9.30 alle 11.00
il Venerdì dalle 9.30 alle 11.00

Le iscrizioni sono sempre aperte durante l'anno.

Per info: 349.00.22.790 - yogauispsoleluna@gmail.com - www.yoganembro.it

COMUNE di NEMBRO - Ufficio Sport

Sede operativa: Biblioteca Centro Cultura (1° piano) - piazza Italia - 24027 - Nembro (Bg)
Tel 035.471.337 - Fax 035.41.27.170 - scuola.sport@nembro.net - www.comune.nembro.bg.it

