



COMUNE di NEMBRO  
Assessorato allo sport

Stagione 2018/2019

# LO SPORT A NEMBRO



## ARTISTICA PONTERANICA A.S.D.

**GINNASTICA ARTISTICA.** Il corso prevede l'avviamento all'acrobatica e il perfezionamento delle tecniche della ginnastica artistica anche con l'aiuto di attrezzi come pedana e minitrampolino, ed è rivolto sia a maschi che femmine, dai 5 anni in su, che vogliono imparare a fare capovolte, ruote, verticali, spaccate e ponti.

Le lezioni si svolgono presso la palestra delle Scuole Medie di Nembro, da martedì 9 ottobre, dalle ore 16.00 alle ore 17.00 (divisi in due gruppi in base all'età ed alle capacità).

PROVA GRATUITA MARTEDÌ 25 SETTEMBRE DALLE 16.00 ALLE 17.00

Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a: Silvia Turani 339 34 89 488 - [silviaturani79@hotmail.com](mailto:silviaturani79@hotmail.com)

## ATLETICA SALETTI A.S.D.

### CORSI DI AVVIAMENTO ALL'ATLETICA LEGGERA.

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

I corsi avranno inizio ad ottobre 2018 e si terranno presso la palestra della Scuola Media di Nembro e presso il Centro Sportivo Saletti.

Per informazioni: 199 61 719 - [atlsaletti@hotmail.com](mailto:atlsaletti@hotmail.com) - [www.atleticasaletti.it](http://www.atleticasaletti.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 16.30 alle 18.30.

Per info: Letizia Maffioli (Allenatrice e Referente Seriana Baskin) – 340 66 81 953 – [letizia.maffioli@gmail.com](mailto: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](http://www.cainembro.it) - [infocai@cainembro.it](mailto:infocai@cainembro.it) - Sede: via Ronchetti 25 - Nembro

## COMBO DANCE SCHOOL A.S.D.

### SCUOLA DI DANZA HIP HOP E BREAKDANCE DI NEMBRO

Corsi per tutti i bambini/ragazzi a partire dai 5 anni, dal lunedì al venerdì c/o la Sala Bonorandi (via Ronchetti 29)

DUE LEZIONI DI PROVA GRATUITE

Inizio corsi: 17 settembre 2018

PER INFO: 348 37 35 326 - [combodanceschool@gmail.com](mailto:combodanceschool@gmail.com) - Facebook: @lacombonembro - 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

*referimento DAVID: Osvaldo Zanardi 328 66 60 310 - referimento 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

*referimento: 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

*referimento: 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

*referimento: Gianluca Belotti 346 23 86 620*

Tutte le attività iniziano a Settembre 2018 e terminano a Maggio 2019

*Per info: [www.asddavid.com](http://www.asddavid.com) - [david@asddavid.com](mailto:david@asddavid.com)*

## GAVARNESE CALCIO A.S.D.

PRIMA SQUADRA in PROMOZIONE

Allenamenti da agosto a maggio MARTEDI MERCOLEDI e VENERDI dalle 19.30 c/o Centro Sportivo Saletti

PARTITE DI CAMPIONATO DOMENICA POMERIGGIO orari ufficiali 14.30/15.30

JUNIORES REGIONALE (anni 2000-2001)

Allenamenti da agosto a maggio LUNEDI e GIOVEDI dalle 19.30 c/o Centro Sportivo Saletti

PARTITE DI CAMPIONATO SABATO POMERIGGIO alle 15.30

SCUOLA CALCIO in collaborazione con ASD DAVID OR. NEMBRO

*Per info: [www.asdgavarnesecalcio.it](http://www.asdgavarnesecalcio.it) - [ds@asdgavarnesecalcio.it](mailto:ds@asdgavarnesecalcio.it)*

## JUDODINAMICA A.S.D.

Attività svolta:

- **JUDO bambini (dai 4/5 anni)**
- **JUDO ragazzi e adulti**
- **AUTODIFESA e JU-JITSU (ragazzi dai 12 anni e adulti)**

DESCRIZIONE E TARGET :

- JUDO: Per bambini dai cinque 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 sia alle/ai bambine/i (a partire dai 4/5 anni di età), sia alle/ai ragazze/i e agli adulti, che trovano, oltre allo sport, la possibilità di migliorare il proprio autocontrollo e di apprendere delle tecniche efficaci di DIFESA PERSONALE.

Per i BAMBINI, in particolare, numerose ricerche dimostrano che JUDO è tra le attività che maggiormente consentono di sviluppare l'attenzione al compito motorio come base dell'attenzione cognitiva generale, ed è pertanto utile nella prevenzione dei disturbi dell'apprendimento. Inoltre, grazie al gioco motorio e alle regole della palestra, il bambino impara a conoscere sé stesso, l'ambiente circostante e l'altro; sperimenta le relazioni sociali, il senso dei propri limiti e possibilità, costruisce la

propria personalità e sviluppa il senso del rispetto.

Per i RAGAZZI e gli ADULTI, il JUDO è un mondo sportivo tutto da scoprire dove si fondono in un avvincente connubio sport, forma fisica, capacità mentali, autodifesa, tecnica, arte.

• AUTODIFESA/JU-JITSU: per ragazzi/e, donne e uomini.

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.

LUOGO E ORARI :

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

CORSO 1 JUDO: da 5 a 10 anni – Martedì e Venerdì ore 18.00 – 19.00

CORSO 2 JUDO: da 11 anni, Agonisti e Adulti - Martedì e Venerdì Ore 19.15 – 20.15

CORSO AUTODIFESA/JU-JITSU: Martedì ore 20.30 – 21.30

INIZIO ATTIVITA' :

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

CONTATTI: *Cristiano Corna: 345 83 30 888 - [www.facebook.com/judodinamica](http://www.facebook.com/judodinamica)*

## NEMBRESE CALCIO U.S.D. e NEMBRESE ACADEMY

### NEMBRESE 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.

INFO: 333 18 90 121 - [nembresecalcio@libero.it](mailto:nembresecalcio@libero.it) - [www.nembresecalcio.it](http://www.nembresecalcio.it)

### NEMBRESE ACADEMY

**Scuola Calcio:** bambini nati negli anni 2011/2012, allenamenti lunedì e venerdì dalle 17.00 alle 18.30 presso il Centro Sportivo Saletti (campo erba), inizio attività 10 settembre e iscrizioni sempre aperte.

**Corso di psicomotricità:** bambini nati negli anni 2013/2014, appuntamento sabato mattina ore 10.00 presso il Centro Sportivo Saletti (in caso di maltempo l'attività si svolge al coperto); inizio attività fase autunnale Ottobre-Dicembre, fase primaverile Marzo-Maggio.

INFO: 333 20 67 140 - [nembreseacademy@libero.it](mailto:nembreseacademy@libero.it) - facebook e instagram: *NembreseAcademy*

## PALLAVOLO GAVARNO A.S.D.

**CORSO DI MINIVOLLEY** - Per i nati negli anni 2008-2009-2010-2011

Palestra scuole medie Nembro – via Famiglia Riccardi, 2 da Ottobre 2018 a Maggio 2019

Lunedì 16.30-18.00 – Mercoledì 18.00-19.00

Inizio Lunedì 1 Ottobre 2018

Per informazioni: *Pulcini Vanessa 339 75 75 400 / Algeri Savina 329 18 18 263 - [orovolleygavarno@gmail.com](mailto: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 (funi, 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 2018, il mercoledì dalle ore 16.30 alle ore 19.00 presso la Palestra dell'Istituto Alberghiero di Nembro.

INFO: *Laura – 338 80 68 391 – [info@ritmicamente.it](mailto:info@ritmicamente.it) – [www.ritmicamente.it](http://www.ritmicamente.it)*

## SATIRO DANZANTE A.S.D.

**Scuola di Danza Classica e Moderna** diretta da **Francesca Pellicoli**.

I nostri corsi sono rivolti a bambini, ragazzi e giovani:

## **DANZA CLASSICA – REPERTORIO - PUNTE – SBARRA A TERRA – GIOCODANZA® (a partire dai 3 anni compiuti) - MODERN - GINNASTICA DI POTENZIAMENTO METODO “PILATES”**

Team insegnanti qualificato: laureati Accademia Nazionale di Danza di Roma e Accademia del Teatro alla Scala di Milano (vd CV su [asdsatirodanzante.it](http://asdsatirodanzante.it)).

Con la straordinaria collaborazione di Sabrina Rinaldi e Marcello Algeri, Ariston Proballer .

L'ASD Satiro Danzante opera sul territorio di Nembro: la sede ufficiale dei corsi è la Sala Danza sita nell'Istituto Comprensivo E. Talpino; partecipa al progetto Sport e Scuola insegnando Danza alle classi seconde delle scuole primarie; organizza gite a teatro per i propri allievi e genitori; partecipa a rassegne e concorsi; organizza per il territorio il Festival della Danza ospitando Maestri e Danzatori di chiara fama internazionale; prepara allievi di talento per audizioni nei migliori Teatri; lavora con dedizione, passione e cura nell'aspetto educativo e formativo di ogni singolo allievo.

Vieni a conoscerci e prenota una lezione di prova.

INFO: 328 93 12 850 – [asdsatirodanzante@gmail.com](mailto:asdsatirodanzante@gmail.com) - Facebook: Satiro danzante

## **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 1 ottobre 2018

Prova gratuita: lunedì 10 settembre dalle 16.00 alle 18.00 presso il Tennis Nembro

INFO: [infogigi7@gmail.com](mailto: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: annate 2008/2009
- ESORDIENTI: annate 2007/2008

INFO: Marco Merelli 338 75 61 642 - [segreteria@serianabasket.it](mailto: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.

INFO: 347 88 00 940 - [lucarondi@alice.it](mailto:lucarondi@alice.it) - [www.bazsnowrace.it](http://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)

INFO: 035 52 20 21 (Negozio Morotti Solociclismo) - [asdteammorotti@outlook.it](mailto:asdteammorotti@outlook.it)

## TRAINING AUTOGENO

Target: **Adolescenti e Adulti**

Orario, luogo, periodicità: ciclo di 10 incontri a cadenza settimanale, tutti i martedì dalle 20,30 alle 21,30 a partire da martedì 9 ottobre 2018, presso sala Danza Scuola media Nembro.

data inizio: martedì 9 ottobre 2018

INFO: dott.ssa Elisa Corberi 333 95 89 517 - e.corberi@gmail.com

## VOLLEYMANIA NEMBRO A.S.D. AFFILIATA FIPAV – CSI – CONI

SCUOLA FEDERALE DI PALLAVOLO - CERTIFICATO DI QUALITA' ARGENTO ATTIVITA' GIOVANILE FIPAV 2018-2019

• **CORSI DI AVVIAMENTO ALLO SPORT PER NATI NEGLI ANNI 2011-2012 (1-2 ELEMENTARE)**

• **CORSI DI MINIVOLLEY PER NATI NEGLI ANNI 2008-2009-2010 (3-4-5 ELEMENTARE)**

Due incontri settimanali per ogni corso con la seguente articolazione:

- presso la palestra di San Faustino (il martedì e giovedì all'interno della fascia oraria dalle 14.30 alle 16.30 - solo minivolley);
- presso la palestra di Viana (all'interno della fascia oraria dalle 14.30 alle 17.30 il martedì e dalle 15.30 alle 18.30 il venerdì – per entrambe i corsi in orari distinti);

Tutti i corsi sono tenuti da istruttori diplomati ISEF - qualificati FIPAV, la durata degli incontri è di 90 minuti per il minivolley e 60 minuti per l'avviamento allo sport .

DURATA DEI CORSI: dal 25 settembre 2018 fino a giugno 2019.

Partecipazione a tornei provinciali MINIVOLLEY dalla primavera 2019.

INFO: [info@volleymanianembro.it](mailto:info@volleymanianembro.it) - dal lunedì al venerdì 338 38 00 556 ore pasti (12.30-13.30) (19.30-20.30)

RIUNIONE PRESENTAZIONE E ISCRIZIONE AI CORSI GIOVEDÌ 20 SETTEMBRE 2018 ORE 20.30 PRESSO SEDE VOLLEYMANIA NEMBRO VIA VERDI 6 (CONDOMINI ROSSI VIANA).

Nel costo di iscrizione è compresa visita medica presso centro medico sportivo convenzionato.

Inizio corsi MARTEDÌ 25 SETTEMBRE 2018.

## YOGA-UISP "SOLE-LUNA"

INIZIO CORSI: dal 17 Settembre 2018

**ADULTI**

SEDI E ORARI:

- |  |  |
|--|--|
| • Scuola Elementare di S.Faustino - Nembro | • Sala Bonorandi via Ronchetti 29 - Nembro |
| Lunedì 18.00 - 19.30, 20.00 - 21.30        | Martedì 9.30 - 11.00                       |
| Giovedì 18.30 - 20.00                      | Mercoledì 9.30 - 11.00                     |
|  | Venerdì 9.30 - 11.00                       |

Le iscrizioni sono sempre aperte durante l'anno. I corsi si attivano con un minimo di iscritti.

INFO: 349 00 22 790

**BAMBINI E RAGAZZI DAI 5 AI 16 ANNI**

Giovedì, 16.30 - 18.00: Ottobre/Novembre 5-8 anni - Gennaio/Febbraio 9-12 anni - Marzo/Aprile 13-16 anni

INFO: Bruna 345 79 92 355

[yogaispssoleluna@gmail.com](mailto:yogaispssoleluna@gmail.com) - [www.yoganembro.it](http://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](mailto:scuola.sport@nembro.net) - [www.comune.nembro.bg.it](http://www.comune.nembro.bg.it)

