

*Il CENTRO di FORMAZIONE FISICO - SPORTIVA
DEL
COMUNE di VARESE
organizza*

*Corsi di
ginnastica di base,
corsi espressivi e
di avviamento allo sport
per i giovanissimi*



Anno scolastico 2011-2012

Iscrizioni entro il 23 settembre

ATTIVITA' CCFFS 2011/2012

Carissimi ragazzi,

come da tradizione, anche quest'anno ritornano i corsi proposti dal Centro di Formazione Fisico Sportiva, organizzati per voi dall'Assessorato allo Sport del comune.

Tutte le attività sportive devono avere alla propria base due elementi fondamentali: il divertimento e l'apprendimento.

Il primo, è necessario per poter intraprendere qualsiasi attività con la volontà di mettersi in gioco alla ricerca delle proprie inclinazioni e delle proprie capacità; il secondo permette di toccare con mano l'impegno e la lealtà, due valori che devono essere alla base della nostra società civile.

L'ampia possibilità di scelta e la preparazione degli insegnanti rendono estremamente interessanti i corsi offerti, e vi assicurano momenti molto appassionanti e stimolanti nelle discipline selezionate, che saprete condividere con i vostri compagni d'avventura con spirito di squadra e voglia di imparare a conoscere meglio se stessi e gli altri.

Cosa aspettate quindi? Iscrivetevi subito!

L'Assessore allo Sport

Maria Ida Piazza

INDICE DEI CORSI

CORSI DI BASE

- A GINNASTICA RITMICO - ARTISTICA (scuola primaria) - maschi e femmine
- B GRANDI GIOCHI SPORTIVI (scuola primaria) - maschi e femmine

CORSI PILOTA

CORSI ESPRESSIVI:

- 1 DANZA CLASSICA (scuola primaria e secondaria di 1° grado)
- 2 DANZA CONTEMPORANEA (scuola secondaria di 1° grado)
- 3 DANZA HIP HOP (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 4 DANZA MODERNA (3^a 4^a 5^a scuola primaria)
- 5 DANZA MODERNA (scuola secondaria di 1° grado)
- 6 DANZA MODERN JAZZ (scuola secondaria di 1° grado)
- 7 DANZE NAZIONALI (scuola primaria e secondaria di 1° grado)
- 8 DEMOCOMICA (scuola secondaria di 1° grado)
- 9 LABORATORIO DI DIZIONE E RECITAZIONE (4^a 5^a scuola primaria e sec. di 1° grado)
- 10 MODERN ACROBATIC (scuola secondaria di 1° grado)
- 11 SCUOLA DI ARTI SCENICHE (5^a scuola primaria e secondaria di 1° grado)
- 12 TEATRO COMICO E CABARET (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)

CORSI SPORTIVI:

- 1 ARRAMPICATA SPORTIVA (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 2 ATLETICA LEGGERA (scuola primaria)
- 3 ATTREZZISTICA (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 4 CANOTTAGGIO (5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 5 CICLISMO (scuola primaria)
- 6 EQUITAZIONE (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 7 GIOCHI SPORTIVI (scuola secondaria di 1° grado)
- 8 HOCKEY SU GHIACCIO (scuola primaria)
- 9 JU JITSU (5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 10 NUOTO PISCINA COMUNALE (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 11 NUOTO PISCINA PALAGHIACCIO (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 12 PALLANUOTO (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 13 PATTINAGGIO SU GHIACCIO (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 14 RUGBY EDUCATIVO (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 15 SCHERMA (3^a 4^a 5^a scuola primaria)
- 16 SICUREZZA INDIVIDUALE FEMMINILE (scuola secondaria di 1° grado)
- 17 SCI NORDICO (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 18 TENNIS "CLUB GEMMA" (scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 19 TENNIS "LE BETTOLE" (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 20 TENNIS TAVOLO (3^a 4^a 5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)
- 21 TIRO A SEGNO (scuola secondaria di 1° grado)
- 22 TIRO CON L'ARCO (scuola secondaria di 1° grado)
- 23 VELA (5^a scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado)

Segreteria presso:

CSI - CENTRO STUDI

Via S. Francesco, 15 - VARESE

tel. 0332 241369 fax 0332 240538

e - mail: centrostudi@csivarese.it

ORARIO: dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 12.00

Iscrizioni:

ENTRO VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011

COMPILARE IN **STAMPATELLO MAIUSCOLO** LA SCHEDA DI ISCRIZIONE DEL CORSO SCELTO E CONSEGNARLA ALLA SCUOLA DI APPARTENENZA.

Pagamento quote:

CORSI DI BASE:

Il pagamento del corso e la consegna del certificato medico per l'attività sportiva non agonistica, dovranno essere effettuati, **ENTRO LA SECONDA LEZIONE**, direttamente all'insegnante presso la palestra sede del corso scelto. Le ricevute di pagamento saranno predisposte dalla segreteria e, successivamente, consegnate all'insegnante per la distribuzione alle famiglie.

CORSI PILOTA: (CORSI ESPRESSIVI e CORSI SPORTIVI)

La quota di adesione dovrà essere versata presso la banca: **CREDITO VALTELLINESE** via Magenta, 5 Varese - IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 Intestato a: CENTRO STUDI CSI. **SULLA RICEVUTA DI VERSAMENTO DOVRA' ESSERE INDICATO LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** La ricevuta di pagamento e il certificato medico dovranno essere consegnati al responsabile del corso **ENTRO LA SECONDA LEZIONE.**

Periodi di attività:

Corsi di base e corsi espressivi: ottobre 2011 - maggio 2012

Inizio corsi: 10 ottobre 2011

Fine corsi: 12 maggio 2012

Corsi pilota: sono suddivisi in brevi e prolungati: diversi i periodi di svolgimento.

DETRAZIONI DI IMPOSTA IRPEF

L'importo corrisposto, costituisce una detrazione d'imposta IRPEF, come disposto dall'art. 1, comma 319, della Legge 27 dicembre 2006 n. 296 , per un importo di spesa **non superiore – per ciascun ragazzo - ad euro 210,00**, come da decreto di attuazione del 28-/03/2007 e ris. Agenzia delle entrate n. 50/E del 25/02/2009

CHI E' INTERESSATO AL RILASCIO DELLA RICEVUTA FISCALE DOVRA' COMPILARE IN STAMPATELLO LEGGIBILE IL MODULO QUI SOTTO RIPORTATO E CONSEGNARLO NELLE PRIME LEZIONI:

- ⇒ **PER I CORSI DI BASE DIRETTAMENTE ALLE INSEGNANTI**

- ⇒ **PER I CORSI PILOTA , ESPRESSIVI E SPORTIVI, PRESSO GLI UFFICI DEL CENTRO STUDI CSI , ALLEGANDO COPIA DEL BONIFICO BANCARIO.**



DA COMPILARE IN STAMPATELLO MAIUSCOLO

DATI INDISPENSABILI PER IL RILASCIO DELLA RICEVUTA FISCALE

Cognome e nome **del genitore**

Residente a _____

In via _____

Codice fiscale _____

Cognome e nome **del minore**

nato/a a _____ il _____

Codice fiscale _____

Attività sportiva praticata _____

c/o Scuola/Palestra/Soc. sportiva _____

Importo € _____ pagamento effettuato il _____

Sono aperte le iscrizioni . . .

Riconsegnare

entro venerdì 23 settembre

il tagliando di iscrizione

alla segreteria della scuola di appartenenza

Preparare subito il certificato medico...

. . . per le visite mediche

Per l'iscrizione ai corsi è necessario il Certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica rilasciato, **a pagamento**, dal medico di medicina generale o dal pediatra di libera scelta o da un Centro di Medicina dello Sport.

Come nelle precedenti edizioni si offre a tutti gli iscritti la possibilità di ottenere tale certificato anche presso l'U.O. medicina dello sport della A.S.L. della Provincia di Varese (previa prenotazione telefonica) che, eseguita la visita specialistica e l'ecg basale, tramite la stesura di una scheda di valutazione funzionale, provvederà a fornire indicazioni sulle attività motorie più confacenti.

UTENTI: tutti i partecipanti ai corsi.

SEDE: U.O. MEDICINA DELLO SPORT - servizio di igiene e sanità pubblica
A.S.L. Provincia di Varese
Via Bernardino Luini, 19 - 21100 Varese
Per informazioni e appuntamenti tel 0332 288731

ALTRI CENTRI DI MEDICINA SPORTIVA IN CITTA'

AMBULATORIO DI MEDICINA SPORTIVA - CAMPUS MEDICO
Via Pirandello, 31 - tel 0332 823311

STUDIO MEDICO SPORTIVO VARESINO
Piazza Giovanni XXIII, 15 - tel 0332 231406

AVVERTENZE

ASSICURAZIONE

IN CASO DI INFORTUNIO:

Tutti gli allievi fruiscono della copertura assicurativa di "GROUPAMA ASSICURAZIONI" (Agenzia Carla Dho) Varese - via Bagaini,1 tel. 0332 286053.

- **in caso di infortunio la denuncia deve essere effettuata entro il QUINTO GIORNO dalla data di infortunio presso la segreteria del Centro Studi CSI**
- il contratto assicurativo completo, stipulato dal Centro Studi CSI , è in giacenza presso la segreteria di Via S. Francesco, 15 - tel. 0332 241369.

NON SARA' AMMESSO ALLE LEZIONI

CHI NON AVRA' CONSEGNATO IL CERTIFICATO MEDICO
E CHI NON AVRA' PROVVEDUTO AL PAGAMENTO DELLA QUOTA

ENTRO LA 2^A SETTIMANA DI LEZIONE

MANIFESTAZIONI PREVISTE:

CORSA CAMPESTRE: *mese di aprile* - giardini di Villa Mirabello - Varese

Riservata alle classi 3^e- 4^e- 5^e scuole primarie della città.

SAGGIO DI GINNASTICA ARTISTICA E DANZA: *metà mese di maggio*; data da stabilire
compatibilmente con la disponibilità del "Palazzetto dello Sport".

SPORT DEI GIOVANISSIMI: *fine maggio* - campo di atletica di Calcinate degli Origoni.

Riservato alle classi 3^e della scuola primaria che aderiscono al progetto.

Saggi e gare per **ogni disciplina sportiva** a conclusione dei corsi nelle diverse sedi.

RITROVI E ORARI

CORSI DI GINNASTICA ARTISTICA:

I giorni e gli orari verranno comunicati con affissione di **CARTELLI** all' ingresso delle scuole dove si effettueranno i corsi.
L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso nella scuola di appartenenza.

CORSI PILOTA

(ESPRESSIVI E SPORTIVI):

Le date e gli orari dei corsi e dei ritrovi sono già indicati nelle singole schede,

NON VERRANNO

DATE ALTRE COMUNICAZIONI

oltre a quelle riportate su questo opuscolo sia per i corsi autunnali sia per quelli primaverili.

SI RICORDA CHE OGNI ALLIEVO - ALLIEVA ISCRITTO
AI CORSI DI GINNASTICA ARTISTICA E AI CORSI
ESPRESSIVI **DOVRA' DOTARSI DI ABBIGLIAMENTO**
SPECIFICO (INDICATO DALL'INSEGNANTE)
PER LO SVOLGIMENTO DEI CORSI E
PER LE MANIFESTAZIONI IN PROGRAMMA.

A Corso di base: GINNASTICA RITMICO - ARTISTICA

Prevede la conoscenza di sé ed il controllo del corpo attraverso il movimento armonico e coordinato di grado crescente. Il ritmo e le sequenze musicali sosterranno gli apprendimenti. La ricerca della plasticità del movimento mirerà a sviluppare le capacità fondamentali quali la mobilità, l'equilibrio, l'agilità. Questi corsi sono comunque polivalenti in quanto utilizzano gli elementi della pre-acrobatica e dell'acrobatica a corpo libero per migliorare la capacità di padroneggiare il corpo in ogni situazione e favoriscono la destrezza e le abilità anche con l'uso di piccoli e grandi attrezzi.

COSTO: € 140,00 per 2 ore settimanali di lezione
€ 120,00 per 2 ore di lezione con iscrizione al doposcuola comunale breve (consegnare copia ricevuta iscrizione)
€ 100,00 per 2 ore di lezione con iscrizione al doposcuola comunale lungo (consegnare copia ricevuta iscrizione)

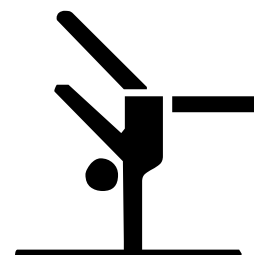
UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDI: VARIE. Presso le palestre delle scuole di appartenenza
I corsi saranno attivati con almeno 10 iscritti

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: Verranno comunicati con affissione di CARTELLI all'ingresso delle scuole dove si effettueranno i corsi. L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso nella scuola di appartenenza.



I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **venerdì 23 settembre 2011**.

Le quote dovranno essere versate ENTRO LA SECONDA lezione direttamente in palestra, unitamente alla consegna del certificato medico per la pratica di attività sportive non agonistiche.



A Corso di base: TAGLIANDO DI ADESIONE - GINNASTICA RITMICO - ARTISTICA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

Iscrizione doposcuola:

SI BREVE
 LUNGO

NO

(firma del genitore)

B Corso di base: GRANDI GIOCHI SPORTIVI

Consentono di perfezionare gli obiettivi formativi di base con attività variate e polivalenti con la palla. Si avvieranno gli allievi/e alle diverse forme di attività sportiva tramite la conoscenza dei grandi giochi (pallavolo - pallacanestro - pallamano), affinché siano in grado di effettuare, in seguito, scelte personali motivate di giochi di squadra.

COSTO: € 140,00 per 2 ore settimanali di lezione
€ 120,00 per 2 ore di lezione con iscrizione al doposcuola comunale breve (consegnare copia ricevuta iscrizione)
€ 100,00 per 2 ore di lezione con iscrizione al doposcuola comunale lungo (consegnare copia ricevuta iscrizione)

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA
CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI
SEDE: Scuola "U. Foscolo" - via del Nifontano - Varese
DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012
a partire da MARTEDI' 11 OTTOBRE 2011
ORARI: MARTEDI' dalle ore 14.30 alle ore 16.30



IL CORSO SARA' ATTIVATO CON UN MINIMO DI 10 ALLIEVI.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso.

I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **venerdì 23 settembre 2011.**

Le quote dovranno essere versate ENTRO LA SECONDA lezione direttamente in palestra, unitamente alla consegna del certificato medico per la pratica di attività sportive non agonistiche.



B Corso di base: TAGLIANDO DI ADESIONE - GRANDI GIOCHI SPORTIVI

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

Iscrizione al doposcuola:

SI BREVE LUNGO NO

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. L.g.v.n. 196 del 30.06.2003

1

Corso espressivo: DANZA CLASSICA

Sviluppa il dinamismo controllato del corpo e l'armonia globale. I contenuti di quest'arte, che è fra le più antiche, utilizzano strutture musicali specifiche che diventano divertimento nella disciplina del ritmo e della espressività.

COSTO: € 260,00 per 2 ore settimanali
€ 350,00 per 3 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI / E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestre scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI:

PROPEDEUTICA	MERCOLEDI' VENERDI'	17.15 - 18.15 14.15 - 15.15	2 ORE	Pal. esterna Pal. interna
BASE 1 - 2	MERCOLEDI' VENERDI'	17.45 - 18.45 14.45 - 15.45	2 ORE	Pal. esterna Pal. interna
BASE 3 e INTERMEDIO	MARTEDI' VENERDI'	17.15 - 18.45 14.45 - 16.15	3 ORE	Pal. interna Pal. interna
INTERMEDIO 3 e AVANZATO	MARTEDI' VENERDI'	Verranno comunicati il giorno del ritrovo	3 ORE	Pal. interna



RITROVO: a partire da **MARTEDI' 11 OTTOBRE 2011** direttamente in palestra secondo l'orario stabilito.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**



1

Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA CLASSICA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

PROPEDEUTICA (1° e 2° anno)

BASE I e BASE II

BASE III e INTERMEDIO

INTERMEDIO III e AVANZATO

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

2 Corso espressivo: DANZA CONTEMPORANEA

Permette di manifestare sentimenti ed emozioni con espressioni corporee che, spezzando le linee tipiche della danza classica, esaltano l'armonia del corpo. Le capacità coordinative raggiungono il miglior livello con l'interpretazione di musiche originali e attuali.

COSTO: € 175,00 per 1 ora e 1/2 settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra interna scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARIO: VENERDI' 19.15 - 20.45

RITROVO: VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE **DOPO** LA PRIMA LEZIONE.



2 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA CONTEMPORANEA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

3

Corso espressivo: DANZA HIP HOP

È una danza slegata dalle tecniche tradizionali: si balla per imitazione e prevede una grande quantità di movimenti, molto divertenti e liberatori. Elemento fondamentale è la musica (prevalentemente RAP, RNB e naturalmente l'HIP HOP), sulla quale verranno create numerose coreografie. Sugli apprendimenti di base ogni allievo potrà esprimere un proprio stile e accrescere le proprie abilità. (ins. Alessia Introini)

COSTO: € 115,00 per 1 ora settimanale

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDI: palestre scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: LUN. 16.00 - 17.00 allievi/e 1^a 2^a 3^a **secondaria** (principianti 1° - 2° anno) - **palestra interna**
MERC. 18.30 - 19.30 allievi/e 3^a **secondaria** (avanzato - 4° anno) - **palestra interna**
VEN. 16.15 - 17.15 allievi/e 3^a 4^a 5^a **sc. primaria** - **palestra esterna**
17.15 - 18.15 allievi/e 2^a 3^a **secondaria** (intermedio - 3° anno) - **palestra esterna**



RITROVO: da LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 a seconda del giorno scelto direttamente in palestra.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



3

Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA HIP HOP

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a (padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

LUNEDI' - principianti

MERCOLEDI' - avanzato

VENERDI' - sc. primaria

VENERDI' - intermedio

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzando esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

4 Corso espressivo: DANZA MODERNA - scuola PRIMARIA

È un'evoluzione stilistica e culturale della danza verso forme diverse di rappresentazione. Si basa su due caratteristiche fondamentali: la preparazione tecnica e la libera interpretazione. Il programma sarà svolto sull'impostazione della tecnica di base, sulla conoscenza di sé e del proprio corpo attraverso il moderno movimento espressivo. La ricerca della plasticità mirerà a sviluppare le capacità motorie fondamentali quali la mobilità, la coordinazione e l'agilità utilizzando la musica. (ins. Alessia Introini)

COSTO: € 205,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra esterna scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: VENERDI' dalle ore 14.15 alle 16.15

RITROVO: VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



4 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA MODERNA SC. PRIMARIA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

5 Corso espressivo: DANZA MODERNA- scuola SECONDARIA

Il programma sarà di approfondimento e di evoluzione della tecnica di base. La presa di coscienza del rapporto tra respirazione e movimento permetterà alle allieve e agli allievi di acquisire maggior controllo del corpo. Lo studio di sequenze coreografiche consentiranno di unire movimenti fluidi e armoniosi alle tecniche fondamentali della danza moderna. (ins. Alessia Introini)

COSTO: € 175,00 per 1 1/2 ora settimanale

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra esterna scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: **MERCOLEDI'** dalle 17.00 alle 18.30 (1^a-2^a-3^a secondaria - principianti 1° e 2° anno) **palestra interna**
VENERDI' dalle 18.15 alle 19.45 (2^a-3^a secondaria - intermedio 3° anno) **palestra esterna**

RITROVO: A PARTIRE DA MERCOLEDI' 12 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**



5 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA MODERNA SC. SECONDARIA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

PRINCIPIANTI

INTERMEDIO

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

6 Corso espressivo: DANZA MODERN - JAZZ

Si tratta di un tipo di danza che ha le sue radici nella danza classica, ma che non è legato ai suoi canoni: spazia dallo stile "soft" (lyrical) a quello dinamico e grintoso (jazz). Il corso prevede una notevole varietà coreografica con musiche moderne ed originali, dal genere etnico a quello soul, jazz, dance e pop. Il corso è consigliato ad allieve ed allievi che abbiano già acquisito e consolidato le tecniche di base della danza moderna. (ins. Alessia Introini)

COSTO: € 175,00 per 1 ora e 1/2 settimanale

UTENTI: ALLIEVI/E CLASSE 3^a SCUOLA SECONDARIA 1° GRADO (4° anno)

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra interna scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: MERCOLEDI' dalle ore 19.30 alle ore 21.00

RITROVO: MERCOLEDI' 12 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



6 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZA MODERN - JAZZ

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A AIL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

7

Corso espressivo: DANZE NAZIONALI

Il corso prevede l'apprendimento dei passi di base da eseguire sui vari ritmi dei valzer, della mazurka, del tango, del foxtrot, della polka e delle danze latino americane. Si lavorerà in coppia insegnando agli allievi la posizione del corpo e relazione con i coetanei/e. L'avviamento a questa disciplina darà le basi per poter proseguire nell'attività agonistica della Federazione Italiana Danza Sportiva e Federazione Sportiva Nazionale. Per l'iscrizione di due fratelli (maschio e femmina) o di due amici (maschio e femmina) verrà proposta una speciale promozione.

COSTO: € 180,00 quota individuale per 20 lezioni

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 2° GRADO

CONDUTTORI: A.S.D. ART DANCE
Per informazioni: carlopozzoni@alice.it - cell. 347 4352776

SEDE: Via Cortina d'Ampezzo, 10 - Varese

DURATA: OTTOBRE 2011 - MARZO 2012

ORARI: LUNEDI' dalle ore 17.30 alle ore 18.30



RITROVO per informazioni: LUNEDI' 3 OTTOBRE 2011 alle ore 17.30 sede a.s.d. Art Dance.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod. IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



7

Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DANZE NAZIONALI

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

8 Corso espressivo: DEMOCOMICA

Un progetto artistico che vuole mettere i ragazzi a contatto con quattro professionisti di: arte comica, commedia dell'arte, arte circense, lavoro sui testi di Shakespeare. L'intento è quello della "ricerca" personale e collettiva con cicli di lezione, per raccontare la realtà o interpretare i testi classici tramite l'improvvisazione, l'espressività corporea, la scrittura comica, le maschere, la giocoleria e il lavoro sui testi. Coordinazione di Germano Lanzoni.

COSTO: € 160,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: sarà comunicata il giorno del ritrovo

DURATA: OTTOBRE 2011 - 12 MAGGIO 2012

ORARI: VENERDI' dalle ore 15.00 alle ore 17.00

RITROVO: VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 alle ore 14.30 palestra interna scuola Morandi.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**

8 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DEMOCOMICA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

9

Corso espressivo: LABORATORIO DI DIZIONE E RECITAZIONE

In collaborazione con la scuola teatrale "Città di Varese" della prof.ssa Bonomi

Per fare teatro è fondamentale la preparazione fisica del corpo, perché se ne mettono in risalto le possibilità comunicative. Il corso comprende l'educazione motoria e quella umanistico - teatrale: si parte dall'utilizzo del corpo e dello spazio per arrivare alla narrazione di una storia, curando la tecnica della voce e la caratterizzazione dei personaggi. Lo scopo è la messa in scena di uno spettacolo.

COSTO: euro 160,00 20 lezioni da 1 ora 1/2 cadauna

UTENTI: ALLIEVI/E 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: AULA MAGNA SCUOLA PRIMARIA MORANDI

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: MERCOLEDI' dalle ore 17.00 alle ore 18.30

RITROVO: mercoledì 12 ottobre 2011 ore 17.00 aula magna scuola "Morandi".



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO DOPO LA PRIMA LEZIONE.**



9

Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - LABORATORIO DI RECITAZIONE

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

10

Corso espressivo: SCUOLA DI ARTI SCENICHE

Uno spettacolo che unisce musica, danza, mimo, teatro e canto. Il corso ha lo scopo di dare una formazione di base ai diversi contenuti, permettendo ai giovani studenti di scoprire le proprie potenzialità espressive, artistiche e motorie. La preparazione individuale cercherà di mettere in luce le attitudini e le potenzialità di ogni singolo allievo. (ins. Alessia Introini e Clarissa Pari)

COSTO: € 220,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E 5ª SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

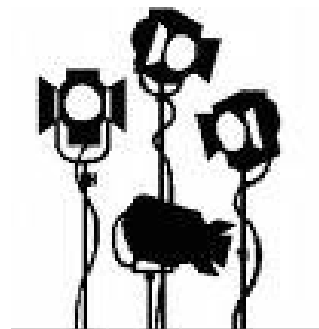
CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDI: palestra interna scuola primaria "F. Morandi"

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: LUNEDI' dalle 17.00 alle 19.00

RITROVO: LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 ore 17.00 direttamente in palestra.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



10

Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - SCUOLA DI ARTI SCENICHE

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

11 Corso espressivo: MODERN ACROBATIC

Consente agli allievi e alle allieve che hanno completato il percorso della scuola elementare di proseguire a utilizzare il movimento artistico per una crescita più attiva e armoniosa. Durante il corso si studieranno numerose coreografie che spazieranno dalla danza moderna all'hip hop, unite ai dinamismi dell'acrobatica al suolo. Questo corso ha lo scopo di sviluppare le capacità coordinative, l'agilità e l'autocontrollo, la creatività e l'espressività di ogni allievo. È consigliato ad allieve ed allievi con buone basi di ginnastica artistica e danza.

COSTO: € 220,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra scuola primaria "Morandi" (interna)

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: LUNEDI' dalle 19.00 alle 21.00



RITROVO: a partire da LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra con abbigliamento sportivo.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod. IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



11 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - MODERN ACROBATIC

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

.....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

12 Corso espressivo: TEATRO COMICO E CABARET

Verranno studiati e approfonditi i caratteri tipicamente comici come improvvisazioni, caratterizzazioni. Sarà curata l'espressività dei gesti, delle parole, delle forme, delle maschere, della ripetitività, degli imprevisti, degli errori e dei travestimenti. Si valorizzeranno le potenzialità espressive e comunicative degli allievi atte a sviluppare la spontaneità autentica, autonoma e originale. A fine corso è previsto l'allestimento di uno spettacolo. (Ins. Clarissa Pari)

COSTO: € 160,00 per 1 ora e 1/2 settimanale

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra scuola "Dante" inferiore

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: LUNEDI' dalle ore 18.30 alle ore 20.00 (sede da definire)
LUNEDI' dalle ore 15.00 alle ore 16.30 (DANTE- sc. primaria)

RITROVO: scuola primaria: LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 ore 15.00 palestra Dante
scuola secondaria: sarà comunicato agli iscritti telefonicamente o via e-mail dalla segreteria.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO **DOPO LA PRIMA LEZIONE.**



12 Corso espressivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TEATRO COMICO E CABARET

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

3^a 4^a 5^a scuola primaria

scuola secondaria

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzando esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

1

Corso sportivo: ARRAMPICATA SPORTIVA

Consente lo sviluppo delle capacità coordinative, stimolando in particolare la padronanza degli equilibri e il dosaggio delle forze. Il senso di responsabilità e la valutazione del pericolo sono gli altri elementi educativi di questo sport. PER AVERE LA PRIORITA' NELL'INSERIMENTO DEGLI ELENCHI, LA SOCIETA' CONSIGLIA LA PREISCRIZIONE ENTRO IL 24 SETTEMBRE AI NUMERI DELLA SEGRETERIA LEZARD RIPORTATI IN QUESTA SCHEDA.

COSTO: € 85,00 per 8 lezioni da 1 ora, su parete

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO
(MINIMO 8 - MASSIMO 10 ALLIEVI PER CORSO)

CONDUTTORE: A.S.D. LEZARD. Per informazioni e preiscrizioni:
segreteria@lezard.it - cell. 348 2211531

SEDE: PALESTRA SOCIETA' VARESINA - Via Donatello, 1 - Varese

DURATA: Dal 5 OTTOBRE al 25 NOVEMBRE 2011

ORARI: 3^a 4^a 5^a SC. PRIMARIA : MERCOLEDI' dalle 17.00 alle 18.00

SCUOLA SECONDARIA : LUNEDI' dalle 17.00 alle 18.00

NEL CASO IN CUI IL NUMERO DEGLI ISCRITTI RISULTASSE SUPERIORE A 10 LA SOCIETA' SI RISERVERA' DI ATTIVARE UN NUOVO CORSO DALLE 18.00 ALLE 19.00 NEL GIORNO GIA' STABILITO.

EQUIPAGGIAMENTO: abbigliamento sportivo scolastico

RITROVO: LUNEDI' 3 OTTOBRE ore 18.00 ALLIEVI SCUOLA PRIMARIA Palestra "Varesina"

LUNEDI' 3 OTTOBRE ore 19.00 ALLIEVI SCUOLA SECONDARIA Palestra "Varesina"

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**1**

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - ARRAMPICATA SPORTIVA

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

SCUOLA PRIMARIA

SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003



2

Corso sportivo: **ATLETICA LEGGERA**

Consente l'acquisizione delle prime abilità tecniche al fine di ottenere una corretta cultura all'avviamento sportivo, partendo dallo sviluppo dei pre-requisiti motori e dagli schemi di base del camminare, correre, saltare, lanciare.

L'ACCESSO ALLA PISTA E ALLE PEDANE E' RISERVATO SOLO AGLI ALLIEVI DEL CORSO

COSTO: € 60,00 per 1 lezione settimanale
€ 85,00 per 2 lezioni settimanali (il corso sarà attivato con un minimo di 15 iscritti effettivi)

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA

CONDUTTORE: A.S.D NUOVA ATLETICA VARESE

SEDE: CENTRO DI ATLETICA " G. BELLORINI" DI CALCINATE
DEGLI ORIGONI - via Valle Luna, 3 - tel 0332 222878

DURATA: MARZO - MAGGIO 2012 con qualsiasi condizione atmosferica

ORARI: CORSO BISETTIMANALE: Martedì e Venerdì dalle ore 16.45 alle ore 17.45
NEL CASO IN CUI NON SI DOVESSE RAGGIUNGERE IL NUMERO MINIMO DI ISCRITTI IL CORSO SARÀ PROPOSTO NEI GIORNI DI MERCOLEDÌ E VENERDÌ.
CORSO UNISETTIMANALE: Mercoledì dalle ore 16.45 alle ore 17.45



RITROVO corso UNISETTIMANALE: mercoledì 7 MARZO 2012 ore 16.45 presso il campo di atletica di Calcinate
RITROVO corso BISETTIMANALE: martedì 6 MARZO 2012 ore 16.45 presso il campo di atletica di Calcinate.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDÌ 23 SETTEMBRE 2011.** La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**2**

Corso sportivo: **TAGLIANDO DI ADESIONE - ATLETICA LEGGERA**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

CORSO UNISETTIMANALE

CORSO BISETTIMANALE

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

3**Corso sportivo: ATTREZZISTICA**

Prevede un approccio globale alla ginnastica artistica mediante l'utilizzo dell'attrezzatura specifica: verrà svolta attività in pedana a corpo libero, alla trave, alle parallele, al cavallo, alla sbarra, al trampolino, ecc..

COSTO: € 100,00 per 10 lezioni da 1 ora

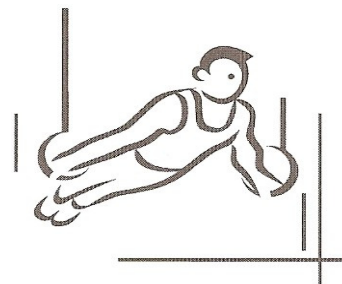
UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: SOCIETA' VARESINA GINNASTICA E SCHERMA

SEDE: PALESTRA SOCIETA' VARESINA
Via Donatello, 1 - Varese - tel. 0332 831470

DURATA: DA OTTOBRE A DICEMBRE 2011

ORARI: corso maschile: **MARTEDI' O VENERDI'**
Dalle ore 17.00 alle ore 18.00



corso femminile: **MERCOLEDI'**

- dalle 16.30 alle 17.30 (1^a e 2^a scuola primaria)

- dalle 17.30 alle 18.30 (3^a 4^a 5^a scuola primaria)

- dalle 18.30 alle 19.30 (scuola secondaria di 1° grado)

RITROVO: a partire dal 5 OTTOBRE 2011 direttamente in palestra.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**

**3****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - ATTREZZISTICA**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

ATTREZZISTICA MASCHILE

.....
(firma del genitore)

ATTREZZISTICA FEMMINILE

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

4

Corso sportivo: CANOTTAGGIO

È INDISPENSABILE SAPER NUOTARE

Sviluppa una armonica robustezza del corpo e una forte personalità a contatto con l'ambiente acquatico naturale. Si utilizzano forme giocose di ginnastica in palestra per arrivare alle tecniche di voga. Verrà svolta attività di impostazione tecnica in vasca, ginnastica specifica e uscite sul lago di Varese in barca - propedeutica (mod. 7.20)

COSTO: euro 250,00

UTENTI: ALLIEVI/E 5^a SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO

Dichiarazione scritta del genitore attestante la buona pratica del nuoto

CONDUTTORE: CANOTTIERI VARESE

tel. 0332 321098 - scvarese@tin.it - www.canottierivarese.it



SEDE: LUNGOLAGO SCHIRANNA

DURATA: OTTOBRE 2011- MAGGIO 2012

ORARI: Da definire

EQUIPAGGIAMENTO: Costume da bagno, tuta, maglietta, scarpe tipo jogging, kway, occorrente per la doccia

RITROVO: Gli iscritti verranno contattati direttamente dalla Società.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**4**

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - CANOTTAGGIO

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

5

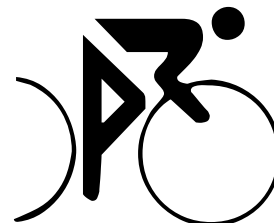
Corso sportivo: CICLISMO

Consente di migliorare l'equilibrio, la prontezza di reazione e la resistenza organica. Saper condurre la bicicletta, modulare la frenata, regolare i cambi di velocità e saperla riparare sono gli elementi tecnici del corso, che si integrano anche con la conoscenza del codice stradale. È ammesso qualsiasi tipo di bicicletta.

COSTO: € 70,00 12 lezioni da 1 ora
 € 40,00 6 lezioni da 1 ora

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA ELEMENTARE
CONDUTTORE: S.S.D. COMITATO ORGANIZZATORE PISTA - VARESE

SEDE: velodromo Luigi Ganna
 per informazioni Marcelli Andrea 348 8632698



DURATA: APRILE - MAGGIO 2012

ORARI: MERCOLEDI' E/O VENERDI' dalle ore 15.00 alle ore 16.00

EQUIPAGGIAMENTO: tuta, maglietta, quantini, Kway, casco e qualsiasi tipo di bicicletta

RITROVO: MERCOLEDI' 4 aprile 2012 ore 18.30 - Velodromo L. Ganna - Sede Comitato Pista

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**5**

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - CICLISMO

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

6 LEZIONI

12 LEZIONI

.....
 (firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

6**Corso sportivo: EQUITAZIONE**

Il corso ha lo scopo di avviare il contatto con i cavalli attraverso l'utilizzo dei pony. Verranno insegnati i primi rudimenti tecnici della monta, le prime nozioni relative alla morfologia e alla preparazione del pony. Saranno effettuati corsi per principianti e per livelli più avanzati. **PER RAGIONI DI SICUREZZA, L'ACCESSO ALLE ZONE DI ESERCITAZIONE E' RISERVATO AI SOLI ALLIEVI**

COSTO: € 185,00**UTENTI:** ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO**CONDUTTORE:** A.S.D. PONY CLUB LE BETTOLE
tel. 0332 282516 - cell 338 2148651**SEDE:** Ippodromo "Le Bettole" - Viale Ippodromo, 27 - Varese**EQUIPAGGIAMENTO:** tuta e stivali di gomma. Il "cap" di protezione del capo sarà fornito dalla Scuola da restituire a fine lezione**DURATA:** OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012**ORARI:** TUTTI I POMERIGGI DAL MARTEDI' AL SABATO
10 lezioni complessive di un'ora ciascuna con periodi e orari da concordare il giorno del ritrovo**RITROVO:** SABATO 8 OTTOBRE 2011 ore 14.30 presso la segreteria dell'Ippodromo, 1° piano, entrata dalla Scuola di Equitazione.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE **DOPO** LA PRIMA LEZIONE.

**6****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - EQUITAZIONE**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

 PRINCIPANTI.....
(firma del genitore) EVOLUTI

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. L.g.v.n. 196 del 30.06.2003

7**Corso sportivo: GIOCHI SPORTIVI**

Consentono di rinforzare le capacità motorie utilizzando la palla ed i fondamentali individuali e di squadra dei giochi sportivi classici (pallavolo, pallacanestro, pallamano). (ins. Mimmo Serino)

COSTO: € 180,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: S.S.D. CENTRO STUDI CSI

SEDE: palestra scuola "Dante" superiore

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

ORARI: VENERDI' dalle ore 16.30 alle ore 18.30



RITROVO: VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 alle ore 16.30 direttamente con abbigliamento sportivo.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**

**7****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - GIOCHI SPORTIVI**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

8 Corso sportivo: HOCKEY SU GHIACCIO (AVVIAMENTO)

Adatto a chi non ha mai messo i pattini, ma anche a chi sa già pattinare. Si impara a camminare e correre sui pattini con coordinazione ed equilibrio per essere agili e forti nell'avviamento al gioco con il dischetto. È possibile fare una lezione di prova gratuita contattando direttamente la società alla mail riportata sotto.

A ISCRIZIONE AVVENUTA LE LEZIONI PERSE NON POTRANNO ESSERE RECUPERATE

COSTO: € 120,00 per 8 settimane (2 lezioni a settimana)
€ 220,00 per 16 settimane (2 lezioni a settimana)
Comprendivo di noleggio pattini e attrezzatura

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA

CONDUTTORE: A.S.D. HOCKEY CLUB VARESE

SEDE: PALAGHIACCIO di via alban, 33 - Varese
tel 0332 281543 e-mail: info@hcvarese.it

DURATA: CORSO BREVE: da domenica 16 ottobre a mercoledì 7 dicembre 2011
CORSO LUNGO: da domenica 16 ottobre a mercoledì 15 febbraio 2012

ORARI: DOMENICA dalle ore 11.00 alle ore 11.50
MERCOLEDI' dalle ore 18.10 alle ore 19.00

RITROVO: gli iscritti verranno contattati telefonicamente la settimana precedente l'inizio del corso per concordare l'appuntamento di consegna dell'attrezzatura necessaria.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE **DOPO LA PRIMA LEZIONE**.



8

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - HOCKEY SU GHIACCIO

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

CORSO BREVE (8 settimane)

.....
(firma del genitore)

CORSO LUNGO (16 settimane)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

9

Corso sportivo: JU JITSU

Dagli antichi samurai, la più efficace arte marziale giapponese, proposta come disciplina sportiva riconosciuta dal CONI, per migliorare il benessere psicofisico ed imparare ad usare con controllo le potenti tecniche di autodifesa in caso di aggressione.

COSTO: € 100,00 per 2 ore settimanali

UTENTI: ALLIEVI/E 5^a PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: A.S.D. JU JITSU CLUB VARESE

SEDE: palestra scuola "Dante" superiore

DURATA: OTTOBRE 2011 - GENNAIO 2012 (24 LEZIONI)

ORARI: LUNEDI' E MERCOLEDI' dalle ore 18.00 alle ore 19.00

EQUIPAGGIAMENTO: CIABATTE E TUTA (eventualmente JUDO GI - KIMONO)

RITROVO: LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 alle ore 18.00 direttamente in palestra con abbigliamento sportivo.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**

**9**

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - JU JITSU

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

10**Corso sportivo: NUOTO PISCINA COMUNALE**

Consente di acquisire la confidenza con l'acqua, unitamente alla capacità di imparare a galleggiare apprendendo il nuoto di base. A seconda delle capacità di ingresso verranno istituiti corsi sia in vasca piccola che in vasca grande fino all'insegnamento dei 4 stili. Il gruppo di appartenenza sarà stabilito dalla Direzione Tecnica in base all'età e alle capacità iniziali ed eventualmente modificato in base ai ritmi di apprendimento ed ai progressi raggiunti.

COSTO: € 210,00 per 30 lezioni**UTENTI:** ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA 1° GRADO**CONDUTTORE:** A.S.D. VARESE OLONA NUOTO - tel 0332 831450
info@vareseolonanuoto.it**SEDE:** PISCINA COMUNALE - VIA COPELLI, 7 - VARESE**EQUIPAGGIAMENTO:** costume, cuffia, ciabatte, accappatoio.

Gli asciugacapelli funzionano con gettoni reperibili presso la cassa della piscina

**DURATA:** da OTTOBRE 2011 a MAGGIO 2012**ORARI:** MARTEDI' dalle ore 15.25 alle ore 16.10 - vasca piccola e grande

SABATO dalle ore 15.30 alle ore 16.15 - vasca piccola e grande

dalle ore 16.15 alle ore 17.00 - vasca piccola e grande

RITROVO: il primo giorno di corso a seconda della giornata scelta, muniti di equipaggiamento

MARTEDI' 4 OTTOBRE 2011 con prova di livello - SABATO 8 OTTOBRE 2011 con prova di livello.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**10****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - NUOTO PISCINA COMUNALE**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A.....IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

 SABATO dalle ore..... alle ore MARTEDI' dalle ore.....alle ore (firma del genitore) PRINCIPIANTI (ti consigliamo di iniziare in vasca piccola) PERFEZIONAMENTO (se hai un brevetto portalo il giorno della prova)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

11**Corso sportivo: NUOTO PISCINA PALAGHIACCIO**

Il corso, strutturato in più livelli, consente di acquisire la confidenza con l'acqua, unitamente alla capacità di imparare a galleggiare apprendendo il nuoto di base. A seconda delle capacità di ingresso verranno istituiti corsi sia in vasca piccola sia in vasca grande fino all'insegnamento dei 4 stili. Il gruppo di appartenenza sarà stabilito dalla Direzione Tecnica in base all'età e alle capacità iniziali ed eventualmente modificato in base ai ritmi di apprendimento ed ai progressi raggiunti. **SI CERCHERA' DI FORMARE GRUPPI OMOGENEI CHIEDENDO LA COLLABORAZIONE DELLE FAMIGLIE NEL VALUTARE LE DIVERSE OPPORTUNITA' DI GIORNI ED ORARI OFFERTI DALLA SCUOLA NUOTO.**

COSTO: € 110,00 corso unisettimanale (12 lezioni da 50 minuti)

€ 195,00 corso bisettimanale (24 lezioni da 50 minuti)

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO**CONDUTTORE:** A.S.D. HAPPY SPORT TEAM - cell. 340 2275048

E-mail: info.hst@libero.it - www.hst-varese.com

SEDE: PISCINA PALAGHIACCIO - via Albani 33 - VARESE**EQUIPAGGIAMENTO:** costume, cuffia, ciabatte, accappatoio

Doccia ed asciugacapelli funzionano a pagamento con gettoni reperibili presso l'ufficio della piscina (8 utilizzi per € 2.00)

DURATA: da ottobre 2011 a gennaio 2012 Il calendario verrà consegnato all'inizio del corso**GIORNI:** MERCOLEDI' - GIOVEDI' - VENERDI'**ORARI:** dalle ore 14.20 alle ore 15.10

dalle ore 15.00 alle ore 15.50

RITROVO: da MERCOLEDI' 5 OTTOBRE a seconda della giornata scelta muniti di equipaggiamento per la prima lezione.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011.** La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**11****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - NUOTO PISCINA PALAGHIACCIO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

.....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

 12 LEZIONI 24 LEZIONI

- PRINCIPIANTI
- PERFEZIONAMENTO
- AVANZATO

.....
(firma del genitore)

Sceglie il giorno

dalle ore alle ore

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

12

Corso sportivo: PALLANUOTO

È INDISPENSABILE SAPER NUOTARE IN VASCA GRANDE

Scopo del corso è avvicinarsi alla pallanuoto sotto forma di divertente attività di gruppo; proposte ed esercizi in acqua sono finalizzati a migliorare le capacità natatorie e ad inserire fondamentali di questo meraviglioso sport di squadra, sia dal punto di vista puramente tecnico sia dal punto di vista ludico. **SI CERCHERA' DI FORMARE GRUPPI OMOGENEI CHIEDENDO LA COLLABORAZIONE DELLE FAMIGLIE NEL VALUTARE LE DIVERSE OPPORTUNITA' DI GIORNI ED ORARI OFFERTI DALLA SCUOLA NUOTO.**

COSTO: € 110,00 corso unisettimanale (12 lezioni)
€ 195,00 corso bisettimanale (24 lezioni)

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: A.S.D. HAPPY SPORT TEAM - cell. 340 2275048
e - mail: info.hst@libero.it - www.hst-varese.com

SEDE: PISCINA PALAGHIACCIO - via Albani 33 - VARESE



EQUIPAGGIAMENTO: costume, cuffia, ciabatte, accappatoio

Doccia ed asciugacapelli funzionano a pagamento con gettoni reperibili presso l'ufficio della piscina (8 utilizzi per € 2.00)

DURATA: da MERCOLEDI' 5 OTTOBRE 2011 A GENNAIO 2012 Il calendario verrà consegnato all'inizio del corso

ORARI: MERCOLEDI' - VENERDI' dalle ore 16.40 alle ore 17.30

RITROVO: da MERCOLEDI' 5 OTTOBRE a seconda della giornata scelta muniti di equipaggiamento per la prima lezione.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011.** La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**12**

Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - PALLANUOTO

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

12 LEZIONI

24 LEZIONI

.....
(firma del genitore)

Sceglie il giorno

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. L.g.v.n. 196 del 30.06.2003

13**Corso sportivo: PATTINAGGIO SU GHIACCIO**

Saper scivolare sul ghiaccio con disinvoltura e sicurezza rinforzando la capacità di equilibrio, la coordinazione, l'eleganza e acquisire la tecnica di base, sono i contenuti per l'avviamento a questo sport.

COSTO: € 150,00 per 15 lezioni unisettimanali comprensive di noleggio pattini
LE LEZIONI PERSE NON POTRANNO ESSERE RECUPERATE

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

SEDE: PALAGHIACCIO - via Albani 33 - VARESE

EQUIPAGGIAMENTO: tuta, giacca a vento, guanti, copricapo.

DURATA: da OTTOBRE 2011 a GENNAIO 2012

ORARI: LUNEDI' dalle ore 16.20 alle ore 17.10
CONDUTTORE: ASD VARESE GHIACCIO - 348 3261142

VENERDI' dalle ore 17.20 alle ore 18.10
CONDUTTORE: ASD PATTINATORI GHIACCIO VARESE - 349 5680347

RITROVO: seconda del giorno scelto muniti di equipaggiamento
LUNEDI' 10 OTTOBRE 2011 alle ore 16.20
VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 alle ore 17.20



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**13****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - PATTINAGGIO SU GHIACCIO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

LUNEDI'

.....
(firma del genitore)

VENERDI'

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

14**Corso sportivo: RUGBY EDUCATIVO**

Prevede una preparazione di base per lo sviluppo delle capacità coordinative ed atletiche degli allievi utilizzando la graduale introduzione alle regole della palla ovale. Verranno privilegiati i momenti ludici ed educativi rispetto a quelli agonistici, valorizzando il rispetto dei compagni e il gioco di squadra.

COSTO: € 130,00 dalla 1^a primaria alla 1^a secondaria di 1° grado + 2^a e 3^a secondaria Femm. - 3 ore
 € 150,00 2^a e 3^a secondaria 1° grado- maschile - 4 ore e 1/2)

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA 1° GRADO (maschile - femminile)
CONDUTTORE: A.S.D. RUGBY VARESE - www.rugbyvarese.it



SEDI: Campo di via Salvore, 9 - Giubiano / Campo di via Landro - S. Fermo / Tensostruttura Via Morselli

EQUIPAGGIAMENTO: maglietta, calzoncini, tuta e scarpe da calcio

ORARI: 1^a e 2^a primaria. : MART 16.50 - 18.00 / VEN 16.50 -18.30 (mesi invernali nella tensostruttura)
 3^a e 4^a primaria: MART e VEN 17.50 - 19.30 (mesi invernali nella tensostruttura)
 5^a prim. e 1^a sec. + 2^a e 3^a sec. femm: MART e VEN 17.50 - 19.30
 (giorni e orari dei mesi invernali saranno comunicati dalla società)
 2^a e 3^a sec.maschile: LUN - MART e GIO 18.30 - 20.00 (campo di via Landro - S. Fermo)

DURATA: OTTOBRE 2011 - MAGGIO 2012

RITROVO: a partire dal 3 OTTOBRE secondo l'orario del gruppo di appartenenza presso il campo muniti di equipaggiamento.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**14****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - RUGBY EDUCATIVO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
 (firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

15**Corso sportivo: SCHERMA**

Consente di sviluppare la prontezza di riflessi, il tempismo, la coordinazione insieme alla capacità di autocontrollo e dei primi elementi tattici. Il corso fornisce nozioni di base sulla scherma e mette l'allievo in grado di comprenderne l'essenza e le caratteristiche.

COSTO: € 80,00 per 8 lezioni da 1 ora e mezza cadauna

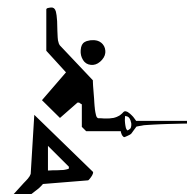
UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA - 1^a SC. SECONDARIA 1° GRADO

EQUIPAGGIAMENTO: scarpe da ginnastica, tuta e guanto in pelle
L'attrezzatura tecnica verrà fornita dalle Società.

ORARI: **LUNEDI'** dalle ore 17.00 alle ore 18.30 - dal 10 ottobre al 28 novembre 2011

CONDUTTORE: **A.S.D CLUB SCHERMA VARESE** - Maestro A. Pagano 338 9234485

SEDE: palestra Ist. Daverio via Bertolone, 13 - Varese



MARTEDI' dalle ore 15.00 alle ore 16.30 - dall'11 ottobre al 29 novembre 2011

CONDUTTORE: **SOC. VARESINA GINNASTICA E SCHERMA** - Maestro F. Becker

SEDE: palestra Società Varesina Via Donatello, 1 - Varese - Tel. 0332.9234485 cell 335.6318777

RITROVO: **A.S.D. CLUB SCHERMA VARESE** - LUNEDI' 3 OTTOBRE 2011 ore 18.30 palestra Ist. Daverio

SOC. VARESINA GINNASTICA E SCHERMA - MARTEDI' 4 OTTOBRE 2011 ore 18.30 palestra VARESINA

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**15****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - SCHERMA**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

LUNEDI'

MARTEDI'

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

16 Corso sportivo: SICUREZZA INDIVIDUALE FEMMINILE

Il corso sviluppa una mentalità difensiva per sentirsi più sicure e non essere bersaglio di atti violenti. Tutte le tecniche sono studiate per potere essere messe in pratica da donne di ogni età e struttura fisica: sono semplici, efficaci e alla portata di tutte, indipendentemente dalle preparazione sportiva e dal grado di allenamento individuale. Il corso è a numero chiuso per garantire il miglior risultato per tutte le iscritte.

COSTO: € 65,00 per 1 ora settimanale

UTENTI: ALLIEVE SCUOLA SECONDARIA

CONDUTTORE: A.S.D. JU JITSU CLUB VARESE

SEDE: palestra scuola "Dante" superiore

DURATA: OTTOBRE 2011 - GENNAIO 2012 (12 LEZIONI)

ORARI: VENERDI' dalle ore 19.00 alle ore 20.00

EQUIPAGGIAMENTO: abbigliamento sportivo

RITROVO: VENERDI' 14 OTTOBRE 2011 alle ore 19.00 direttamente in palestra con abbigliamento sportivo.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a **CENTRO STUDI CSI**. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. **CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.**

16 Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - DIFESA INDIVIDUALE FEMMINILE

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

17**Corso sportivo: SCI NORDICO**

Rivolto ai bambini ed i ragazzi che vogliono provare uno sport nuovo e divertente a stretto contatto con la natura, ma anche a chi, già sciando, vuole migliorare il proprio stile imparando la tecnica specifica. Per i più piccoli la metodologia adottata prevede un approccio ludico-sportivo, ponendo comunque grande attenzione al gesto tecnico. Il corso si svolgerà sulla pista di Brinzio, vicinissima a Varese e sarà tenuto da Maestri di Sci della Regione Lombardia.

COSTO: € 100,00 comprensivo di noleggio e giornaliero per la pista
UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: SCI NORDICO VARESE - www.scinordicovarese.it
 E- mail: info@scinordicovarese.it - Silvia cell 3474284318

SEDI: Lezioni di sci a Brinzio (in base all'innervamento) 4 incontri da 2 ore

DURATA: da DICEMBRE 2011 a MARZO 2012

EQUIPAGGIAMENTO: tuta, giacca a vento, guanti
 (l'organizzazione fornirà sci, racchette e scarpe)

ORARI: SABATO DALLE 10.00 ALLE 12.00
 O SABATO DALLE 14.30 ALLE 16.30

RITROVO: verrà comunicato telefonicamente dalla Società



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod. IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**17****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - SCI NORDICO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A.....IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

DALLE 10.00 ALLE 12.00

DALLE 14.30 ALLE 16.30

.....
 (firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

18**Corso sportivo: TENNIS "CLUB GEMMA"**

Per ampliare le possibilità di avvicinarsi a questo sport, svilupparne le conoscenze e le relative capacità motorie; sono previsti un corso di 10 lezioni di avviamento per principianti e un corso di 20 lezioni di perfezionamento (nei mesi invernali il corso si svolgerà al coperto).

COSTO: € 100,00 per 10 lezioni (principianti)
 € 160,00 per 20 lezioni (perfezionamento)

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: TENNIS CLUB GEMMA - tel. 0332 265026

SEDE: Via Duno,20 - Bizzozero

EQUIPAGGIAMENTO: maglietta, calzoncini e scarpe da tennis
 (le racchette saranno fornite dal centro)

DURATA: NOVEMBRE 2011 - APRILE 2012

ORARI: corso breve: lunedì e giovedì 16.00 - 17.00 / 17.00 - 18.00
 (max 6 allievi/e) martedì 15.00-16.00 / 16.00-17.00 / 17.00 - 18.00

Corso di perf.: lunedì e venerdì 18.00 - 19.00
 (max 6 allievi/e) mercoledì 17.00 - 18.00 / 18.00 - 19.00

RITROVO: SABATO 22 OTTOBRE 2011 alle ore 17.00 presso il Tennis Club Gemma.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE **DOPO** LA PRIMA LEZIONE.

**18****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TENNIS "CLUB GEMMA"**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

PRINCIPIANTI

PERFEZIONAMENTO

.....
 (firma del genitore)

Sceglie il giorno

dalle ore alle ore

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. L.g.v.n. 196 del 30.06.2003

19**Corso sportivo: TENNIS "LE BETTOLE"**

E un corso di avviamento che sviluppa la resistenza organica, il tempismo, la velocità di esecuzione, la facilità di spostamento in ogni direzione. Per giocare bisogna imparare i colpi fondamentali ed affinare la tecnica.

COSTO: € 200,00 corso bisettimanale (40 lezioni)
 € 150,00 corso unisettimanale (20 lezioni)

UTENTI: 3^a 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO: PRINCIPIANTI 1° E 2° ANNO
 (le racchette saranno fornite dal centro)

CONDUTTORE: TENNIS CLUB "LE BETTOLE" tel. 0332 240097

SEDE: CAMPI DA TENNIS "LE BETTOLE" viale Ippodromo Varese

DURATA: da lunedì 10 OTTOBRE 2011 a Venerdì 17 MARZO 2012

ORARI: LUNEDI' - MERCOLEDI'- VENERDI':
 dalle ore 14.40 alle ore 15.30
 dalle ore 15.30 alle ore 16.20
 dalle ore 16.20 alle ore 17.10
 dalle ore 17.10 alle ore 18.00



RITROVO: SABATO 8 OTTOBRE 2011 ore 15.00 presso i campi da tennis "Le Bettole".
 In caso di impossibilità di presentarsi il giorno del ritrovo telefonare alla segreteria dei campi.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**19****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TENNIS "LE BETTOLE"**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

...sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

PRINCIPIANTI: 1° ANNO 2° ANNO

20 LEZIONI 40 LEZIONI

Sceglie il giorno/i

dalle ore alle ore

.....
 (firma del genitore)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

20**Corso sportivo: TENNIS TAVOLO**

Sviluppa le capacità coordinative, la prontezza di riflessi, la concentrazione, l'intelligenza motoria e consente una buona preparazione fisica globale. Appositi esercizi giocati consentiranno di apprendere gli elementi di base e il tocco della pallina cui seguirà l'insegnamento della tecnica dei colpi e l'azione di gambe.

COSTO: € 90,00 per 26 lezioni da 2 ore cadauna
 € 45,00 per 13 lezioni da 2 ore cadauna

UTENTI: ALLIEVI/E 3^a 4^a 5^a SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

CONDUTTORE: A.S.D. TENNIS TAVOLO VARESE - info@tennistavolovarese.it
 tel 0332 948865 - cell. 347 2207860

SEDE: PALATENNISTAVOLO di LOZZA - via V. VENETO,1 - LOZZA

DURATA: dal 4 OTTOBRE 2011 a DICEMBRE 2012

EQUIPAGGIAMENTO: abbigliamento sportivo.

Le palline saranno messe a disposizione dalla Società,
 così pure la racchetta nel caso in cui l'utente non disponga di una propria.

ORARI: MARTEDI DALLE ORE 17.00 ALLE ORE 19.00
 E /O VENERDI' DALLE ORE 16.00 ALLE ORE 18.00

RITROVO: MARTEDI' 4 OTTOBRE 2011 ore 17.00 presso il Palatennistavolo di Lozza.



L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**20****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TENNIS TAVOLO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL..... CF

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

MARTEDI' E VENERDI' (bisettimanale)

.....
 (firma del genitore)

MARTEDI' (unisetimanale)

VENERDI' (unisetimanale)

Il Centro Comunale di Formazione Fisico Sportiva si impegna formalmente a mantenere la più assoluta riservatezza sui dati raccolti utilizzandoli esclusivamente ai fini della gestione dei corsi escludendone, di conseguenza, ogni altro trattamento o gestione in ottemperanza al D. Lgv.n. 196 del 30.06.2003

21**Corso sportivo: TIRO A SEGNO**

Consente di sviluppare la capacità di concentrazione e controllare le emozioni mentre si acquisiscono le norme fondamentali di sicurezza e gli elementi della tecnica di base per raggiungere l'obiettivo, il bersaglio.

COSTO: € 100,00**UTENTI:** ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO (11 anni compiuti)

EQUIPAGGIAMENTO: scarpe da ginnastica, 2 fotografie formato tessera
TUTTA L'ATTREZZATURA VERRA' FORNITA DALLA SOCIETA'
 (arma, piombini, bersagli)

CONDUTTORE: TIRO A SEGNO NAZIONALE SEZIONE DI VARESE
 email: tsnvarese@libero.it - tel. 0332 227695

SEDE: PALESTRA DI TIRO AD ARIA COMPRESSA A 10 METRI
 Via del Poligono, 9 - Varese

DURATA: da SABATO 15 OTTOBRE A SABATO 19 NOVEMBRE 2011
 1 incontro di due ore a settimana per 6 settimane

ORARI: SABATO dalle ore 14.30 alle ore 16.30
 (IN BASE AL NUMERO DELLE ADESIONI LA SOCIETA' SI RISERVA DI PROPORRE ORARI ALTERNATIVI)

RITROVO PER LA PRIMA LEZIONE: SABATO 15 OTTOBRE 2011 ore 14.30 presso il Poligono.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A**. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**21****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TIRO A SEGNO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A IL

...sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

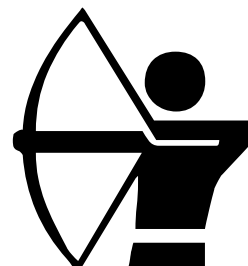
22**Corso sportivo: TIRO CON L'ARCO**

Consente lo sviluppo delle capacità di concentrazione e di destrezza e la coscienza e il controllo dei movimenti attraverso l'apprendimento della tecnica di tiro.

COSTO: € 120,00 per 9 lezioni da 1 ora e mezza cadauna

UTENTI: ALLIEVI/E SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO

EQUIPAGGIAMENTO: abbigliamento sportivo. Tutta l'attrezzatura tecnica verrà fornita dalla Società. Ad ogni allievo saranno regalati maglietta e cappellino.



CONDUTTORE: A.S.D. COMPAGNIA ARCIERI CITTA' DI VARESE
per informazioni 335 282588

SEDE: PALESTRA LICEO SCIENTIFICO Via Sorrisole, 6 - Varese

DURATA: dal 22 OTTOBRE 2011 AL 17 DICEMBRE 2011

ORARI: SABATO dalle ore 14.30 alle ore 16.00

RITROVO: SABATO 22 OTTOBRE 2011 alle ore 14.30
Gli iscritti verranno contattati direttamente dalla Compagnia Arcieri.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato **LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A.** CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.

**22****Corso sportivo: TAGLIANDO DI ADESIONE - TIRO CON L'ARCO**

SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A.....IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)

È un corso per principianti propedeutico per i corsi successivi della LNI e non è richiesta alcuna esperienza. Scopo del corso è imparare a condurre una piccola barca a vela in piena sicurezza assistiti dall'istruttore. La barca a vela incoraggia lo spirito di squadra, facilita la conoscenza e nel rispetto dei diversi ruoli crea affiatamento fra i membri dell'equipaggio.

LA LEGA NAVALE PROPONE PER I MESI ESTIVI VACANZE-VELA DELLA DURATA DI 1 SETTIMANA CON POSSIBILITA' DI PERNOTTAMENTO. PER INFO CONTATTARE DIRETTAMENTE LA LNI

COSTO: € 90,00. La quota include l'iscrizione alla LNI come socio aggregato studente, l'abbonamento alla rivista della LNI e la possibilità di iscriversi ai corsi successivi e a quelli estivi.

UTENTI: ALLIEVI/E 5^a PRIMARIA e SECONDARIA DI 1° GRADO È INDISPENSABILE SAPER NUOTARE
Dichiarazione scritta del genitore attestante la buona pratica del nuoto

CONDUTTORE: LEGA NAVALE ITALIANA TEL 0332 329900 - varese@leganavale.it

SEDE: BASE NAUTICA S. MICHELE, 7 - LAVENO MOMBELLO (VA)

DATE: DA CONCORDARE CON GLI ISCRITTI
PERIODI POSSIBILI: OTTOBRE E NOVEMBRE 2011 - DA APRILE 2012 IN POI

ORARI: 3 LEZIONI di 3 ORE E MEZZA nei giorni di sabato e domenica.
Gruppi di quattro allievi su barche collettive.

EQUIPAGGIAMENTO: SCARPE DA TENNIS A SUOLA BIANCA, abiti comodi e adatti per trascorrere molte ore all'aria aperta, Kway.

RITROVO: SARA' COMUNICATO TELEFONICAMENTE O VIA E-MAIL DALLA LNI.

L'ufficio provvederà a dare comunicazione agli utenti se non sarà possibile attuare il corso. I tagliandi di adesione dovranno essere consegnati presso la scuola di appartenenza entro **VENERDI' 23 SETTEMBRE 2011**. La quota di adesione dovrà essere versata presso il CREDITO VALTELLINESE, via Magenta, 5 Varese. cod IBAN: IT 71 G 05216 10800 0000000 04878 intestato a CENTRO STUDI CSI. Sulla ricevuta di versamento dovrà essere indicato LO SPORT SCELTO CON RELATIVO NUMERO DI RICONOSCIMENTO RIPORTATO SUL TAGLIANDO DI ADESIONE E IL NOME DELL'ALLIEVO/A. CONSEGNARE LA RICEVUTA DI PAGAMENTO UNITAMENTE AL CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVE NON AGONISTICHE DOPO LA PRIMA LEZIONE.



SCUOLA CLASSE.....

COGNOME E NOME ALLIEVO/A.....

NATO/A A..... IL

....sottoscritto/a(padre /madre)

residente in

via /piazza

telefono..... cellulare

e-mail o altri recapiti

.....
(firma del genitore)