



COMUNE DI BRUGHERIO

(PROVINCIA DI MONZA E DELLA BRIANZA)

CORSO DI GINNASTICA PER ADULTI RESIDENTI NORME ORGANIZZATIVE - ANNO SPORTIVO 2010/11

- **ETA' DEI PARTECIPANTI:** Residenti in Brugherio dai 60 anni compiuti in poi
- **PALESTRE:** CENTRO FISIOTERAPICO BRUGHERIO – Via Fermi, 8
PALESTRA ENERGY BRUGHERIO – Via Marsala, 91
POLISPORTIVA CGB ssd – Via Manin, 73
BANDA LATINA – Viale Lombardia, 27

- **DURATA DEI CORSI:** dal 1 Ottobre 2010 al 31 Maggio 2011
- **GIORNI ED ORARI:**

CENTRO FISIOTERAPICO BRUGHERIO – ginnastica generale -

1. Lunedì – Mercoledì dalle ore 14.45 alle ore 15.30
2. Lunedì – Mercoledì dalle ore 15.30 alle ore 16.15
3. Lunedì – Giovedì dalle ore 10.30 alle ore 11.15
4. Lunedì – Giovedì dalle ore 11.15 alle ore 12.00
5. Martedì – Venerdì dalle ore 10.30 alle ore 11.15
6. Martedì – Venerdì dalle ore 11.15 alle ore 12.00
7. Martedì – Giovedì dalle ore 14.45 alle ore 15.30
8. Martedì – Giovedì dalle ore 15.30 alle ore 16.15
9. Mercoledì - Venerdì dalle ore 9.45 alle ore 10.30
10. Mercoledì - Venerdì dalle ore 11.15 alle ore 12.00
11. Mercoledì - Venerdì dalle ore 10.30 alle ore 11.15

PALESTRA ENERGY BRUGHERIO – ginnastica generale -

1. Martedì – Venerdì dalle ore 9.15 alle ore 10.00 – ginnastica dolce
2. Martedì – Venerdì dalle ore 10.00 alle ore 10.45
3. Martedì – Venerdì dalle ore 10.45 alle ore 11.30
4. Martedì – Giovedì dalle ore 16.00 alle ore 16.45
5. Martedì – Giovedì dalle ore 16.45 alle ore 17.30

CGB presso CENTRO SPORTIVO PARROCCHIALE PAOLO VI – ginnastica generale-

1. Lunedì – Giovedì dalle ore 9.15 alle ore 10.00
2. Lunedì – Giovedì dalle ore 10.00 alle ore 10.45
3. Martedì – Venerdì dalle ore 9.30 alle ore 10.15

BANDA LATINA

(i corsi proposti verranno attivati al raggiungimento di almeno 15 partecipanti)

- Martedì - Giovedì dalle ore 10.00 alle ore 10.45 ginnastica dolce e/o balli di gruppo
- Martedì - Giovedì dalle ore 15.00 alle ore 15.45 yoga



COMUNE DI BRUGHERIO

(PROVINCIA DI MONZA E DELLA BRIANZA)

ISCRIZIONI: presso l'Ufficio Sport – Sede Municipale Piazza Battisti, 1

Dal 12 al 31 agosto per reiscrizioni

Dal 3 al 24 settembre per cambio turno e nuovi iscritti

Dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 12.30

COSTO: €. 19,50 al mese a carico dell'utente ogni mese

PAGAMENTO: in tre rate da effettuarsi presso la Palestra:

- € 58,50.= entro il 30.09.2010 (mesi di ott.- nov.- dic.)

- € 58,50.= entro il 31.12.2010 (mesi di gen.- feb.- mar.)

- € 39,00.= entro il 31.03.2011 (mesi di apr.- mag.)

Per poter frequentare i corsi è necessario presentare alla Palestra, al momento del

pagamento, un certificato medico di idoneità a praticare l'attività sportiva non agonistica.

- **FREQUENZA:** chi, per qualsiasi motivo, dovesse interrompere la frequenza al corso, è tenuto a darne **comunicazione scritta** all'Ufficio Sport del Comune.

Il non partecipare alle lezioni non dà diritto ad alcun rimborso.

Solo in caso di assenza per un periodo superiore a 30 giorni consecutivi, la retta di frequenza già versata potrà essere rimborsata dalla Palestra, per frazioni non inferiori a 30 giorni o 60 giorni ed esclusivamente per motivi di salute, a seguito di richiesta scritta e di presentazione di relativo certificato medico.

L'eventuale rimborso verrà concesso solo a decorrere dal periodo successivo alla presentazione della richiesta scritta.

- **ABBIGLIAMENTO:** è consigliabile indossare una tuta, o comunque, un capo di abbigliamento comodo. In palestra è obbligatorio l'uso di scarpe ginniche o scarpe simili. Per motivi di igiene, si richiede di evitare di entrare in palestra con le scarpe ginniche provenendo direttamente dalla strada.

- **NOTA ASSICURATIVA:** eventuali danni che si dovessero verificare durante l'attività sportiva verranno riconosciuti solo nelle forme previste dall'Assicurazione R. C. cui le palestre sono obbligatoriamente provviste. Pertanto l'Amministrazione Comunale è sollevata da ogni responsabilità per ogni altro evento non riferibile all'assicurazione sopraddetta.

- **ISCRIZIONI - INFORMAZIONI - COMUNICAZIONI:** rivolgersi all'Ufficio Sport del Comune di Brugherio - presso la Sede Municipale in Piazza C. Battisti, 1 (tel.039-28.93.288/367 fax 039 2893274, e mail: a.frencini@comune.brugherio.mb.it).