



COMUNE DI INZAGO
Città Metropolitana di Milano

ASSESSORATO ALLO SPORT

PROPONE

ANNO
2020/2021

CORSI
SPORTIVI
COMUNALI



DI CHE SI TRATTA

Vasta gamma di corsi sportivi che rappresentano un'occasione di socializzazione importante ed uno strumento con cui mantenere la salute del corpo e della mente. I corsi vengono svolti presso le strutture sportive comunali avvalendosi della collaborazione di personale qualificato.

A CHI SONO RIVOLTI

I corsi sono rivolti ai cittadini, uomini e donne, giovani e meno giovani, occorre solo aver compiuto i 18 anni d'età e non superare il limite massimo di 80 anni.

SVOLGIMENTO

I corsi avranno inizio **il 2 Novembre 2020** e termineranno a Maggio 2021. Le lezioni saranno mono settimanali e bisettimanali, la cui durata sarà di 50 minuti per permettere la sanificazione delle attrezzature e gestire l'accesso dei partecipanti. Le lezioni non effettuate a causa di un impedimento dell'insegnante, verranno recuperate.

CORSI GIORNALIERI

CORSI BISETTIMANALI

ATTIVITA' MOTORIA	c/o palestra Via Boccaccio	
1° TURNO	martedì e venerdì	orario 9.00 - 10.00
2° TURNO	martedì e venerdì	orario 10.00 - 11.00
3° TURNO	martedì e venerdì	orario 11.00 - 12.00

CORSO MONO SETTIMANALE

GINNASTICA DOLCE	c/o Scuola Primaria Villaggio Residenziale	
	sabato	orario 10.00 - 11.00
PILATES MAT e piccoli attrezzi	sabato	orario 11.00 - 12.00

CORSI SERALI c/o palestra Via Besana

CORSO BISETTIMANALE

ATTIVITA' MOTORIA	lunedì	orario 19.30 - 20.30
	mercoledì	orario 19.00 - 20.00

CORSI MONO SETTIMANALI

ATTIVITA' MOTORIA	lunedì	orario 18.30 - 19.30
AEROBICA SOFT	mercoledì	orario 20.00 - 21.00
AEROBICA/G.A.G.	mercoledì	orario 18.00 - 19.00
YOGA	giovedì	orario 18.00 - 19.00

PILATES MAT e piccoli attrezzi	c/o Scuola Primaria Villaggio Residenziale	
venerdì	orario 18.30 - 19.30 e dalle 19.30 - 20.30	

QUOTE

- corsi bisettimanali: € 180,00 per i residenti - € 220,00 per i non residenti
- corsi mono settimanali: € 100,00 per i residenti - € 130,00 per i non residenti
- quota assicurativa: € 5,00

Non si darà corso a rimborso in caso di ritiro, solo in caso di mancato raggiungimento del numero per l'attivazione del corso, si procederà al rimborso della quota versata.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni possono essere presentate:

- **dal 13 al 24 ottobre** all'indirizzo di posta elettronica comuneaperto@comune.inzago.mi.it con allegata ricevuta di pagamento indicante la causale.
- allo sportello polifunzionale nei giorni di mercoledì **14 e 21 ottobre** dalle ore 8.30 alle ore 12.00 e nei giorni di giovedì **15 e 22 ottobre** dalle ore 13.30 alle ore 15.30.

Se l'iscrizione avviene allo sportello occorre presentare ricevuta di pagamento, effettuato con una delle seguenti modalità:

- Bonifico Bancario tramite il seguente codice IBAN: IT31Z0521633200000000001787
- Bollettino di Conto Corrente Postale n. 42527200 intestato a Comune di Inzago gestione scuola palestre biblioteca e servizi tesoreria
- Pagamento diretto c/o la Tesoreria Comunale CREDITO VALTELLINESE SC Agenzia di Inzago – strada Pad Superiore 2

Ricordarsi di riportare nella causale la denominazione del corso per il quale si effettua l'iscrizione e di versare oltre alla quota di partecipazione anche la quota assicurativa.

I moduli d'iscrizione saranno disponibili sul sito istituzionale del Comune di Inzago www.comune.inzago.mi.it e presso lo Sportello Polifunzionale - Centro Culturale De Andrè in via Piola, 10.

Le iscrizioni verranno accolte sino ad esaurimento dei posti disponibili, seguendo l'ordine progressivo di protocollo e saranno valide per tutta la durata del corso. A fronte di disponibilità di posti, potranno essere accettate iscrizioni nel mese di gennaio, con inizio frequenza a febbraio, con un abbattimento del 50% sulla quota di partecipazione.

IDONEITA' e ABBIGLIAMENTO

Per tutti i corsi è obbligatorio il certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica da consegnare all'istruttore alla prima lezione. Chiunque si presenti privo di certificato non verrà ammesso in palestra.

Gli iscritti dovranno presentarsi alle lezioni in tenuta idonea all'attività fisica (**sono obbligatorie scarpe da ginnastica da utilizzare solo in palestra**) e muniti di stuoia personale per esercizi a terra.

IMPORTANTE

Gli iscritti ai corsi sportivi 2019/20, interrotti a causa dell'emergenza Covid-19 (Delibera di G. C. n. 69/2020), che vorranno iscriversi a questa nuova stagione, dovranno versare la quota di frequenza pari al solo 50%.

Per coloro che viceversa non intendono partecipare ai nuovi corsi, potranno richiedere rimborso del 50%, sulla quota di iscrizione versata l'anno scorso, solo a fronte di presentazione "modulo richiesta di rimborso" scaricabile dal sito del Comune.



Per informazioni ed iscrizioni:

Ufficio Sport

Tel. 02 954398 interno 10

02954398 225

e-mail: adele.colombo@comune.inzago.mi.it

Ufficio Comune Aperto – Centro Culturale De Andrè

Tel. 02 954398 interno 01

e-mail: comuneaperto@comune.inzago.mi.it

Moduli disponibili sul sito istituzionale

www.comune.inzago.mi.it
