

## SEDE DEI CORSI

Associazione Sportiva Ginnastica Sampietrina  
Viale Redipuglia 52, Seveso

## INFO ED ISCRIZIONI

Tel. 0362 520894

Orari segreteria: LUN - VEN 17,00/21,00

Cellulare 379 2984348 LUN - VEN 14,00 - 16,30

E-mail: [sampietrina\\_seveso@libero.it](mailto:sampietrina_seveso@libero.it)

[www.ginnasticasampietrinaseveso.it](http://www.ginnasticasampietrinaseveso.it)

Seguici sulle nostre pagine social



## ABBONAMENTI

Area ginnastica: abbonamenti annuali con frequenza mono e bisettimanale per tutti i corsi.

SCONTO FRATELLI 10% sul secondo abbonamento.

ADULTI: carnet ingressi, abbonamenti mensili - trimestrali o annuali con frequenza a scelta

Rivolgeti alla segreteria per tutte le info dettagliate



GINNASTICA PER PASSIONE DAL 1945

# GINNASTICA SAMPIETRINA SEVESO



CORSI 2023  
2024

GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE TRAMPOLINO ELASTICO  
BABY GYM ACROBATICA PROMOZIONALE CALISTHENICS DYNAMIC GYM  
FUNCTIONAL FIT GAG TESSUTI AEPER HANDSTANDING ANTALGICA  
TRICKING FREESTYLE GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE  
TRAMPOLINO ELASTICO BABY GYM ACROBATICA PROMOZIONALE  
CALISTHENICS DYNAMIC GYM FUNCTIONAL FIT GAG TESSUTI AEPER  
HANDSTANDING ANTALGICA TRICKING FREESTYLE GINNASTICA ARTISTICA  
MASCHILE E FEMMINILE TRAMPOLINO ELASTICO BABY GYM ACROBATICA  
PROMOZIONALE CALISTHENICS DYNAMIC GYM FUNCTIONAL FIT GAG  
TESSUTI AEPER HANDSTANDING ANTALGICA TRICKING FREESTYLE  
GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE TRAMPOLINO ELASTICO  
BABY GYM ACROBATICA PROMOZIONALE CALISTHENICS DYNAMIC GYM  
FUNCTIONAL FIT GAG TESSUTI AEPER HANDSTANDING ANTALGICA  
TRICKING FREESTYLE GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE E FEMMINILE

[www.ginnasticasampietrinaseveso.it](http://www.ginnasticasampietrinaseveso.it)



## GINNASTICA ARTISTICA

**BABY GYM 3-5 ANNI INIZIO 11 settembre**

Lunedì - Martedì - Mercoledì - Giovedì - Venerdì **16,45 - 17,30**



**FORMATIVA FEMMINILE (6 - 8 anni) INIZIO 11 settembre**

Lunedì - Martedì - Giovedì **17,30 - 18,30** | Mercoledì **18,00 - 19,00**



**FORMATIVA FEMMINILE (9 - 12 anni) INIZIO 11 settembre**

Lunedì - Martedì - Giovedì **18,30 - 19,30** | Venerdì **18,00 - 19,00**



**TEEN (da 13 - 18 anni) INIZIO 12 settembre**

Martedì - Giovedì **16,00 - 17,00** | Mercoledì - Venerdì **19,00 - 20,00**

**FORMATIVA MASCHILE DA 6 ANNI INIZIO 12 settembre**

Martedì - Giovedì **17,30 - 18,30**

**FORMATIVA TRAMPOLINO DA 6 ANNI INIZIO 13 settembre**

Mercoledì - Venerdì **17,00 - 18,30**



**DISCIPLINE AEREE DA 8 ANNI INIZIO 11 settembre**

Lunedì - Mercoledì **18,30 - 20,00**

### CORSI AVANZATI

**FORMATIVA MASCHILE PLUS-PROMOZIONALE** femminile e maschile -  
**PROMESSE** femminile e maschile - **AGONISTICA** femminile e maschile -  
**AGONISTICA TRAMPOLINO ELASTICO**

## AREA ACROBATICS

**ACROBATICA INIZIO 4 settembre**

Lunedì - Mercoledì **20,15 - 21,45**

**DISCIPLINE AEREE INIZIO 5 settembre**

Martedì - Venerdì **20,15 - 21,45**

**CALISTHENICS INIZIO 4 settembre**

Lunedì - Mercoledì **20,15 - 21,45**

**TRICKING INIZIO 5 settembre**

Martedì - Giovedì **20,15 - 21,45**

**SETTIMANA PROVE GRATUITE**

**4 - 8 Settembre**

**SOLO SU PRENOTAZIONE: scan QR code!**



## AREA FITNESS

**TOTAL BODY INIZIO 4 settembre**

Lunedì **19,00 - 20,00**

**GAG INIZIO 6 settembre**

Mercoledì **10,00 - 11,00**

**STEP INIZIO 4 settembre**

Lunedì **10,00 - 11,00** | Lunedì - Mercoledì - Giovedì **20,00 - 21,00**

**TONIFICAZIONE INIZIO 6 settembre**

Mercoledì **20,00 - 21,00** | Giovedì **21,00 - 22,00**

**STRETCHING INIZIO 6 settembre**

Mercoledì **9,00 - 10,00**

**STRETCH TONE INIZIO 5 settembre**

Martedì - Giovedì **20,00 - 21,00**

## AREA BENESSERE

**GINNASTICA DOLCE INIZIO 3 ottobre**

Martedì - Giovedì **9,00 - 10,00**

**DYNAMIC GYM INIZIO 3 ottobre**

Martedì - Giovedì **10,00 - 11,00**



**INIZIO 4 settembre**

Lunedì - Giovedì **9,00 - 10,00** | Martedì **20,00 - 21,00**

Mercoledì **18,00 - 19,00**

## OPEN GYM

**LEZIONI LIBERE INIZIO 4 settembre**

Martedì - Mercoledì - Venerdì **8,30 - 14,00**

Da Lunedì a Venerdì **20,00 - 22,00**

Sabato **12,00 - 17,00**

**INGRESSO SOLO SU PRENOTAZIONE**

**PACCHETTI LEZIONI PERSONALIZZATE DI CALISTHENICS,  
VERTICALISMO, ACROBATICA E PREPARAZIONE FISICA  
SOLO SU PRENOTAZIONE**