



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## KUNG FU

### MONTEVEGLIO, PALESTRA VIA ABBAZIA

Antica arte marziale cinese NEIKUNG: metodo basato sui principi delle Arti Marziali Interne per ottimizzare l'allenamento e le prestazioni nello sport ed in tutte le Arti

#### Martiali CORSO BASE:

ETA': Dai 6 anni

QUANDO: Giovedì 18.00 - 19.00

PROVA GRATUITA: Giovedì 19 e giovedì 26 settembre

#### CORSO AVANZATO e CORSO ADULTI

ETA': 11 ai 14 anni (corso avanzato) e dai 14 anni (corso adulti)

QUANDO: Martedì e giovedì 19:00 - 20:00

PROVA GRATUITA: Da martedì 17 a giovedì 26 settembre

#### DIFESA PERSONALE SYSTEMA

ETA': Dai 16 anni

QUANDO: Martedì e giovedì 20:00 - 21:00

PROVA GRATUITA: Da martedì 17 a giovedì 26 settembre

**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## ATLETICA MONTEVEGLIO

### ESORDIENTI C/B

ETA': 6 - 8 anni

QUANDO: Lunedì 17.00 - 18.30, venerdì 18:30 - 20:00

DOVE: Palestra Geodetica

### ESORDIENTI A

ETA': 9 - 10 anni

QUANDO: Lunedì 17:00 - 18:30 presso Palestra Geodetica

Mercoledì 18:30 - 20:00 Palestra Via Abbazia

### RAGAZZI e CADETTI

ETA': 11 - 14 anni

QUANDO: Lunedì 18:30 - 20:00

Mercoledì 18:30 - 20:00 (outdoor)

Venerdì 18:30 - 20:00

DOVE: Palestra Geodetica

### ALLIEVI

ETA: dai 15 anni

QUANDO: Lunedì, mercoledì e venerdì 18:30 - 20:00 - Pista di atletica

In collaborazione con Polisportiva Pontevecchio

### PROVE GRATUITE

DA LUNEDÌ 16 SETTEMBRE A VENERDÌ 27 SETTEMBRE

CONTATTACI PER PRENOTARE LE TUE PROVE

[POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM](http://POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM)

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 - Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## BABY GYM

La nostra Baby Gym è un corso monosettimanale di avviamento allo sport, alla consapevolezza del proprio corpo e dello spazio, a un primo approccio con l'equilibrio, la coordinazione e la ritmizzazione dei movimenti, il tutto sperimentato attraverso il gioco e le attrezzature che abbiamo a disposizione (palle di grandezza e materiale diverso, bastoni, cerchi, materassoni, trave di equilibrio, panche, spalliere, trampolino elastico, ecc.)

ETA': 3 - 4 anni

QUANDO: Giovedì 16:30 - 17:30

DOVE: Palestra via dell'Abbazia a Monteveglio

**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## GINNASTICA RITMICA

MONTEVEGLIO - PALESTRA GEODETICA, VIA DELLA PACE 2

La ginnastica ritmica è una disciplina femminile individuale e di squadra, che prevede l'utilizzo di 5 piccoli attrezzi, fune, cerchio, palla, clavette e nastro, e si avvale di un accompagnamento musicale che caratterizza profondamente questo sport, fondendo insieme danza, ginnastica, eleganza e fantasia.

### COCCINELLE

ETA': 4 - 5 anni

QUANDO: Martedì 17:00 - 18:00

### TIGROTTE

ETA': 6 - 8 anni

QUANDO: Martedì e giovedì 17:00 - 18:30

### CERBIATTE

ETA': 6 - 10 anni

QUANDO: Giovedì 17:00 - 18:30

### GAZZELLE (preagonistica)

ETA': Dai 10 anni

QUANDO: Lunedì 17:30 - 18:30 - Palestra Via Abbazia  
Martedì e giovedì 18:30 - 20:30

PROVE GRATUITE: GIOVEDÌ 12 SETTEMBRE ORE 18:00

E GIOVEDÌ 19 SETTEMBRE ORE 17:00

CONTATTACI PER PRENOTARE LA TUA PROVA

[POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM](http://POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM)

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)





# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## DANZA CLASSICA

**BAZZANO - PALESTRA SCUOLA ELEMENTARE VIA DE AMICIS 10**

La Scuola offre corsi di propedeutica alla danza classica (dai 4 anni compiuti) e corsi di danza classica, free movement e danza di carattere attenendosi ai programmi della Royal Academy of Dance di Londra.

### **BABY BALLET - PRE PRIMARI (Pre Scolare)**

ETA': 3 - 6 anni

QUANDO: Venerdì 17:00 - 17:45

### **GRADO I**

ETA': 6 - 8 anni

QUANDO: Lunedì 17:00 - 17:45 - Venerdì 17:45 - 18:30

### **GRADO II**

QUANDO: Lunedì 17:45 - 18:30 - Venerdì 18:30 - 19:15

### **GRADO III**

QUANDO: Lunedì 18:30 - 19:30 - Venerdì 19:15 - 20:15

### **GRADO IV V VI VI VII**

QUANDO: Lunedì 19:30 - 21:00 - Venerdì 20:15 - 21:15

### **GRUPPO ADULTI AVANZATO**

QUANDO: Lunedì e venerdì (orario da definirsi)

**PROVA GRATUITA: VENERDÌ 27 SETTEMBRE E LUNEDÌ 30 SETTEMBRE  
CONTATTACI PER PRENOTARE LA TUA PROVA**

**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: polisportiva.monteveglio@gmail.com

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel:051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



polisportivamonteveglio



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## DANZA MODERNA

**BAZZANO - SALETTA CENTRO SPORTIVO, V.LE DEI MARTIRI, 2**

La danza jazz è un complesso di differenti stili e tecniche piuttosto complicate da classificare. È una danza molto antica, influenzata da molti elementi e numerose correnti. Per chi è nuovo a questa a danza, essa prevede un percorso didattico, educativo interessante e molto istruttivo.

### GIOCODANZA

ETA': 3 - 6 anni

QUANDO: Mercoledì 17:00 - 18:00

### MODERN-JAZZ (1-2 elementare)

ETA': 6 - 7 anni

QUANDO: Venerdì 17:00 - 18:30

### MODERN-JAZZ (3-4-5 elementare)

ETA': 8 - 10 anni

QUANDO: Martedì 17:00 - 18:15 - Giovedì 17:15 - 18:30

### MODERN-JAZZ (medie):

ETA': 11 - 13 anni

QUANDO: Martedì 18:15 - 20:00 - Giovedì 15:15 - 17:00

### MODERN-JAZZ (superiori):

ETA': Dai 14 anni

QUANDO: Mercoledì 18:00 - 19:45 - Venerdì 18:30 - 20:15

### GYM DANCE (per adulti)

QUANDO: Giovedì 18:45 - 20:00

**PROVE GRATUITE DA MARTEDÌ 1 A VENERDÌ 4 OTTOBRE**  
**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)





# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## GINNASTICA ARTISTICA

La ginnastica artistica viene considerata la base fisica di qualsiasi sport poiché aiuta a conoscere il proprio corpo e a coordinarlo. E' una disciplina che insegna ad avere fiducia negli altri, ma soprattutto in se stessi, imparando a rialzarsi dopo una caduta e a combattere contro le proprie paure.

### BRUCHI

ETA': 4 - 6 anni

DOVE E QUANDO: Lunedì 16,30 - 17,30 palestra via Abbazia Monteveglio

PROVE: Monteveglio prove lunedì 23 e 30 settembre

Mercoledì 17:00 - 18:00 Palestra Scuola Elementare Crespellano via Calamandrei, 2

PROVE: Crespellano prove mercoledì 18 e 25 settembre

### CICALE

ETA': 7 - 12 anni

DOVE E QUANDO: Mercoledì 18:00-19:00 - Venerdì 17:00 - 18:00

Palestra Scuola Elementare Crespellano via Calamandrei, 2

PROVE: Mercoledì 18 e 25 settembre e venerdì 20 e 27 settembre

### LIBELLULE

ETA': 7 - 12 anni

DOVE E QUANDO: Mercoledì e venerdì 17:00 - 18:30

Palestra Scuola Elementare Crespellano via Calamandrei, 2

### GRUPPI DI ATLETE SELEZIONATE

#### BRUCHI AVANZATI

ETA': 5 - 6 anni

#### PREAGONISTICA

ETA': dai 7 anni

**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: polisportiva.monteveglio@gmail.com

Segreteria: Via della Pace, 2 – Monteveglio (BO)

Tel:051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



polisportivamonteveglio



# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## CORSI PER ADULTI

### TOTAL BODY

DOVE E QUANDO: Lunedì 19:00 - 20:00 - Venerdì 19:30 - 20:30

Palestra via Abbazia a Monteveglio

PROVA GRATUITA: Lunedì 16 e venerdì 20 settembre

### PILATES

DOVE E QUANDO: Martedì 08:30 - 09:30

Palazzetto Peppino Impastato, Bazzano

Sabato 09:00 - 10:00

Palestra Scuole elementari Bazzano, via De Amicis, 10

PROVA GRATUITA: martedì 24 e sabato 28 settembre

### GYM DANCE

DOVE E QUANDO: Giovedì 18:45 - 20:00

Saletta Centro Sportivo Bazzano v.le dei Martiri 2

PROVA GRATUITA: Giovedì 3 Ottobre

### FITBALL WORKOUT

DOVE E QUANDO: Venerdì 18:30 - 19:30

Palestra via Abbazia a Monteveglio

PROVA GRATUITA: Venerdì 20 e Venerdì 27 Settembre

### DANCE FITNESS

DOVE E QUANDO: Lunedì 20:00 - 21:00 - Mercoledì 20:00 - 21:00

Palestra via Abbazia a Monteveglio

PROVA GRATUITA: Lunedì 16 e mercoledì 18 settembre

### TONE UP

DOVE E QUANDO: Mercoledì 21:00 - 22:00

Palestra via Abbazia a Monteveglio

PROVA GRATUITA: Mercoledì 18 e mercoledì 25 settembre

...GIRA IL FOGLIO PER SCOPRIRE GLI ALTRI CORSI!!





# POLISPORTIVA MONTEVEGLIO

## CORSI PER ADULTI

### YOGA

DOVE E QUANDO: Lunedì 21:00 - 22:00 - Giovedì 21:00 - 22:00

Palestra via Abbazia a Monteveglio

PROVA GRATUITA: Lunedì 30 e giovedì 3 Ottobre

### KUNG FU

DOVE E QUANDO: Martedì e giovedì dalle 19:00 alle 20:00

Palestra Via Abbazia Monteveglio

PROVA GRATUITA: Da martedì 17 a giovedì 26 settembre

### DIFESA PERSONALE SYSTEMA

DOVE E QUANDO: Martedì e giovedì 20:00 - 21:00

Palestra Via Abbazia Monteveglio

PROVA GRATUITA: Da martedì 17 a giovedì 26 settembre

...GIRA IL FOGLIO PER SCOPRIRE GLI ALTRI CORSI!

### FORMULA ROULETTE

partecipa ai corsi che preferisci nella settimana.

Contattaci per saperne di più

**POLISPORTIVAMONTEVEGLIO.COM**

mail: [polisportiva.monteveglio@gmail.com](mailto:polisportiva.monteveglio@gmail.com)

Segreteria: Via della Pace, 2 - Monteveglio (BO)

Tel: 051 670 10 50 - Cellulare: 334 619 25 26



Polisportiva Monteveglio



[polisportivamonteveglio](https://www.instagram.com/polisportivamonteveglio)