



S.g.M. **Forza e Coraggio** a.s.d.

ATTIVITÀ SPORTIVE 2019/2020

Per tutti i corsi possibilità di frequenza mono o bisettimanale, se non diversamente specificato.

GINNASTICA

3-4 anni	<i>Pedagogico</i>	LUN-MAR-GIO MAR-GIO	16.20-17.10 17.10-18.00
----------	-------------------	------------------------	----------------------------

AVVIAMENTO ALLA GINNASTICA

5 anni	<i>Maschile/femminile</i>	LUN-MER-VEN	17.00-18.00
--------	---------------------------	-------------	-------------

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

6-7 anni		MAR-GIO	17.00-18.00
8-10 anni		MAR-GIO	17.00-18.00
9-13 anni	<i>Intermedio</i>	MAR-GIO	18.00-19.30
11-14 anni	<i>Avanzato</i>	MAR-GIO	14.45-16.45

GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

6-7 anni		MAR-GIO	17.00-18.00
8-13 anni		MAR-GIO	18.00-19.00
8-14 anni	<i>Intermedio</i>	LUN-MER-VEN	18.00-20.00
11-14 anni	<i>Avanzato</i>	LUN-GIO	17.00-20.00



S.g.M. **Forza e Coraggio** a.s.d.

GINNASTICA RITMICA

6 anni		MAR-GIO	17.00-18.00
7-8 anni		MAR-GIO	17.00-18.00
9-13 anni		MAR-GIO	18.00-19.00
7-10 anni	<i>Avanzato</i>	LUN-MER-VEN	17.00-19.00
11-14 anni	<i>Avanzato</i>	LUN-MER-VEN	15.00-17.00

GINNASTICA PER ADULTI

<i>GINNASTICA DI MANTENIMENTO E STRETCHING</i>	MAR-VEN	09.15-10.30
	MAR-VEN	10.30-11.45
	GIO	18.15-19.15

GINNASTICA ACROBATICA ED ATTREZZISTICA

dai 18 anni	LUN-GIO	20.30-22.00
-------------	---------	-------------

GINNASTICA POSTURALE

Elementi di stretching e tonificazione blanda.

dai 14 anni	MAR	18.15-19.15
-------------	-----	-------------

GINNASTICA DI TONIFICAZIONE

dai 14 anni	MAR	19.15-20.15
-------------	-----	-------------

THAI CHI ADULTI

	GIOVEDI'	11.00-12.00
	GIOVEDI'	19.30-20.30



S.g.M. **Forza e Coraggio** a.s.d.

KUNG FU

6-9 Anni	<i>Principianti</i>	MER-VEN	17.00-18.00
----------	---------------------	---------	-------------

SCHERMA

Corsi di sciabola, spada e fioretto.

6-12 anni		LUN-MER	17.30-19.00
dai 13 anni		LUN-MER	19.00-20.30
10-13 anni	<i>Avanzato</i>	GIO	18.30-20.00
dai 14 anni	<i>Avanzato</i>	GIO	20.00-21.30
Adulti		LUN-MER	20.30-22.30

ATLETICA

Esordienti A '10/'09	MAR-GIO	17.00-18.00
Esordienti B '12/'11	MAR-GIO	17.00-18.00
Esordienti C '14/'13	MAR-GIO	17.00-18.00

CATEGORIE PROMOZIONALI

Ragazzi/e '08/'07	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30
Cadetti/e '06/'05	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30

CATEGORIE AGONISTICHE

Allievi '04/'03	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30
Junior '02/'01	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30
Promesse '00/'99/'98	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30
Senior '97 e oltre	MAR-GIO-VEN	18.00-19.30

ADULTI

Sezione Amatori



S.g.M. **Forza e Coraggio** a.s.d.

SCUOLA CALCIO

Juniors	LUN-GIO	20.30-22.30
Allievi A 2003	MERCOLEDI' VENERDI'	20.00-22.00 20.30-22.30
Allievi B 2004	MER-VEN	19.00-21.00
Giovanissimi A 2005	MAR-GIO	18.30-20.30
Giovanissimi B 2006 SQ A-B	LUNEDI'	18.30-20.30
Giovanissimi B 2006 SQ A	GIOVEDI'	18.30-20.30
Giovanissimi B 2006 SQ B	VENERDI'	16.30-18.30
Esordienti A 2007 SQ A	MERCOLEDI'	18.00-20.00
Esordienti A 2007 SQ. B	MERCOLEDI'	18.30-20.30
Esordienti A 2007 SQ A-B	VENERDI'	17.00-19.00
Esordienti B 2008 Pulcini A 2009	MAR-VEN LUNEDI' MERCOLEDI'	18.30-20.30 17.00-18.30 17.00-19.00
Pulcini B 2010	LUN-MER	17.00-18.30
Primi Calci 2011	MAR-GIO	17.00-18.30
Primi Calci 2012	MAR-GIO	17.00-18.30
Piccoli Amici 2013	MAR-GIO	17.00-18.30
Piccoli Amici 2014	MAR-GIO	17.00-18.00
Portieri Agonistica	LUN-MER	18.30-20.00
Portieri Preagonistica ('07-'08)	LUNEDI'	16.30-18.00
('09-'10-'11)	LUNEDI'	18.00-19.30
Calcio a 5	MERCOLEDI'	21.30-22.30