



Presentano:

La bozza dei corsi per la Stagione 2024-25

Presso la palestra Gymnasium Gioy

Con grande piacere vi presentiamo la bozza del nostro programma corsi per la stagione 2024-2025 . Il programma definitivo verrà pubblicato a fine luglio. Con eventuali aggiunte o variazioni d'orario.

Gli orari di tutti le sezioni Agonistiche non son presenti nel volantino.

Inizio corsi: 2 Settembre 2024

PER INFORMAZIONI:

Segreteria Gioy 351.6358101 (WhatsApp e telefono)

Sito web: www.gioy.it, e-mail: informazioni@gioy.it,

Facebook: A. S. D. Ginnastica Gioy

Istagram: [asdginnasticagioy](https://www.instagram.com/asdginnasticagioy)

Invitiamo tutti coloro che iscriveranno i bambini/e ad aggiungere il numero 351-6358101 (segreteria gioy) tra i contatti .

Le comunicazioni tramite il sistema broadcast , funziona solo se il numero della segreteria è tra i vostri contatti.

Questo sistema ,nel rispetta della privacy, ci consente di comunicare con le famiglie in modo semplice e veloce.

Grazie per la collaborazione.

Kinder Gym Martedì e Giovedì

Avviamento all'attività motoria in forma di gioco per bambini dai 2 ai 5 anni

- a) Kinder Gym 3-5 anni: ore 16.40-17.30
(suddivisi in due gruppi per fascia d'età e fasi d'apprendimento
(3/4—4/5 anni))

Kinder Gym Sabato

- a) 2-3 anni: con mamma o/e papà: ore 9.40-10.30
- b) 4-5 anni: in autonomia ore 10.40-11.30

Ginnastica Artistica Femminile

Corso Base di primo Livello (B1):

- a) 6-8 anni: Lunedì e Mercoledì 17:00-18:00
- b) 6-8 anni: Martedì e Giovedì 17:00-18:00
- c) English Gym 6-8 anni: Lunedì e Mercoledì 17:30-18:30
Corso base di ginnastica artistica tenuto interamente in lingua inglese
- d) Corso monosettimanale venerdì 17.00– 19.00

Corso Base di secondo livello (B2):

- a) 9-12 anni: Lunedì e Mercoledì 18.00-19.00
- b) 9-12 anni: Lunedì e Mercoledì 19.00-20.00
- c) 9-12 anni: Martedì e Giovedì 18:00-19:00

Corso avanzato di primo livello (A1)

- a) 9-13 anni: Martedì e Giovedì 19.00-20.00

Ginnastica Artistica Maschile

Corso Base di primo Livello (B1):

6-8 anni: Martedì, Giovedì 17.30-18.30

Corso Base di secondo livello e base parkour(B2) :

9-12 anni: Martedì, Giovedì 18.30-19.30

Parkour maschile

10-14 anni: Martedì, Giovedì 19.30-20.30

Acrogym (maschile e femminile)

La ginnastica acrobatica o acrogym è una disciplina che prevede la combinazione di elementi coreografici e di scioltezza, elementi acrobatici, elementi statici e dinamici attraverso un preciso lavoro posturale. È uno sport di squadra dove prevale il lavoro di gruppo, la fiducia e la responsabilità di ciascuno nei confronti degli altri compagni.

a) 8-16 anni: Lunedì e Mercoledì 18:00-19:30

Parkour (maschile e femminile)

a) 9-13 anni: Mercoledì e Venerdì 18:30-19:30

(per accedere al corso sono richieste competenze base di acrobatica)

Acrobatica generale

Corso che attraverso giochi di coordinazione, destrezza, reattività e con l'utilizzo di piccoli e grandi attrezzi della ginnastica, accompagnerà i bambini nel potenziamento delle competenze coordinative e di motricità globale.

Riservato ai bambini della scuola primaria

Per maggiori informazioni consultare il volantino specifico.

Lunedì e Mercoledì dalle 17,00 alle 18,00

NEW!

I nostri CORSI SERALI

Parkour e Freestyle

Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 20.00-21.00

Ginnastica artistica e acrobatica

Martedì, Giovedì ore 20.00-21.00

Preparazione fisica

Lunedì e Venerdì ore 20.00-21.00



A richiesta: Servizio di Personal Trainer

per preparazione fisica e acrobatica (giorni e orari da concordare)

Modalità e orari di pre-iscrizione:

Via e-mail all'indirizzo: informazioni@gjoy.it

O WhatsApp al 351-6358101:

*inviando il modulo di pre-iscrizione e allegando
copia del bonifico con acconto di 50 €*

Presso la sede di ALBESE CON CASSANO

Palestra Gymnasium Gjoy s.r.l.

Via C. Pellegrini, snc

tutti i giorni dal 26 agosto 2024

dalle ore 17.00 alle ore 19.00

TUTTI I NUOVI CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN MINIMO DI 5 ISCRITTI.

Per motivi didattici, salvo dove diversamente indicato, iscrizione e frequenza sono previste per due lezioni settimanali.

Solo per tutti i nuovi iscritti sono previste 2 lezioni di prova.

Documenti necessari all'atto della conferma iscrizione a settembre:

1. Modulo di iscrizione
2. Autorizzazione al trattamento dati personali e materiale fotografico
3. Certificato medico per la pratica sportiva non agonistica (con elettrocardiogramma come da normativa vigente– n.b. Sono esclusi tutti i bambini sotto i 6 anni)



Indicazioni per gli utenti

A seguire alcune semplici regole che ci aiuteranno a frequentare la palestra nel rispetto di tutti.

- a) **Ricordiamo che la palestra è inserita in un contesto industriale nel quale sono presenti altre aziende con parcheggi di pertinenza. Pertanto, in particolare fino alle ore 18.00, vi invitiamo ad usufruire del parcheggio nella zona del Cimitero e del Consorzio Agrario, collegato alla nostra struttura da un tunnel sottopasso sempre illuminato e sicuro.**
- b) Per accedere ai corsi è necessario che tutti i ginnasti siano in regola con la certificazione medica in corso di validità. Tale certificazione deve essere presentata al momento dell'iscrizione.
- c) Si raccomanda la puntualità sia in entrata che in uscita per permettere il regolare svolgimento delle attività
- d) Ciascun ginnasta dovrà avere la propria borraccia personale con il proprio nome; chi acquisterà l'acqua dal distributore dovrà scrivere il proprio nome sulla bottiglia (sarà disponibile un pennarello)
- e) L'associazione sportiva non è responsabile dei beni lasciati negli spogliatoi. Pertanto invitiamo a non lasciare alcun bene di valore all'interno delle borse depositate negli spogliatoi.
- f) Ricordiamo che negli spogliatoi è severamente vietato effettuare foto o riprese che possano essere postate sui social ledendo il buon nome della palestra. I trasgressori verranno segnalati alle autorità competenti.
- g) Preghiamo di prestare la massima attenzione per non dimenticare indumenti o effetti personali in palestra o negli spogliatoi. Negli spogliatoi sono presenti dei cestini dove vengono depositati i beni rinvenuti in palestra. Tutto il materiale non rivendicato viene periodicamente dato in beneficenza.
- h) Ricordiamo che durante gli allenamenti e le lezioni non è consentito effettuare foto o riprese all'interno della palestra, se non autorizzati dai responsabili della struttura. I trasgressori saranno allontanati.

Chiediamo inoltre la massima cautela nelle fasi di manovra e di parcheggio, visto l'elevato afflusso di bambini presso la struttura.

Ricordiamo infine che non è consentito l'accesso alla rampa che porta all'ingresso posteriore della palestra e la sosta nella zona delle scale del lato ascensore