Corsi sportivi 2019/2020

Inizia una nuova stagione di **sport**



ISCRIZIONI

1° TURNO

conferme: dal 23 al 28 settembre 2019 nuove iscrizioni: dal 30 settembre al 5 ottobre 2019

2° TURNO

conferme: dal 13 al 18 gennaio 2020 nuove iscrizioni: dal 23 al 25 gennaio 2020 Presso Cascina Roma Piazza delle Arti, 6 20097 San Donato Milanese

dal lunedì al venerdì

9.00 - 12.30 e 15.00 - 18.00

sabato

9.00 - 12.30





Informazioni

Le iscrizioni si ricevono presso Cascina Roma, Piazza delle Arti, 6 - San Donato Milanese da lunedì a sabato, dalle 9.00 alle 12.30, e da lunedì a venerdì dalle 15.00 alle 18.00.

Alternativamente tutta la documentazione può essere inviata tramite mail all'indirizzo sdm@acquamarinasportlife.it oppure via WhatsApp al nr. 334.1654359.

ISCRIZIONI

ISCRIZIONI PRIMO TURNO:

Dal 23 al 28 settembre 2019 (solo per chi ha frequentato i corsi nel periodo febbraio/maggio 2019 e nello stesso giorno e orario). Gli utenti che intendono confermare la propria iscrizione dovranno consegnare o inviare il modulo d'iscrizione unitamente al pagamento del corso comprensivo di quota assicurativa, effettuato tramite bonifico, contanti o assegno.

Dal 30 settembre al 5 ottobre 2019 le iscrizioni sono aperte a tutti. I nuovi utenti, previa verifica della disponibilità di posti per il corso richiesto, dovranno procedere con la compilazione del modulo e relativo pagamento della stessa.

La consegna del pagamento potrà essere fatta via mail all'indirizzo sdm@acquamarinasportlife.it, tramite WhatsApp al nr. 334.1654359 oppure consegnata di persona.

ISCRIZIONI SECONDO TURNO:

Dal 13 al 18 gennaio 2020 per confermare le iscrizioni solo per gli utenti già iscritti al primo turno.

Dal 23 al 25 gennaio 2020 per i nuovi utenti o per cambi di corso.

Tutte le comunicazioni avverranno solo ed esclusivamente via mail, sms (per urgenze) e affissioni presso le sedi dei corsi.

NUOVE MODALITÀ DI PAGAMENTO

I versamenti devono essere effettuati tramite:

- Assegno, contanti presso Cascina Roma nelle giornate indicate o presso la sede APD ACQUAMARINA SPORT&LIFE di Via XXV Aprile 16, Segrate (MI) dal lunedì al venerdì ore 9.00/12.30 14.30/19.00
- Bonifico bancario intestato a APD ACQUAMARINA SPORT&LIFE IBAN IT 37 R056962060000004704X25 indicando nella causale il nome e il cognome dell'iscritto (in caso di minori anche del genitore) e il codice o il nome del corso scelto.

SCONT

CORSI SPORTIVI. Nei confronti di più componenti dello stesso nucleo familiare frequentanti corsi sportivi per adulti è prevista una riduzione del 20% sulla quota minore, esclusa assicurazione, a partire dalla terza iscrizione, ad esclusione delle tariffe Over 65. **OVER 65.** Sconto del 50% per gli Over 65 anni solo per frequenza bisettimanale dei corsi.

Norme Generali

I CORSI DEL PRIMO TURNO AVRANNO INIZIO IL 7/10/2019 PER TERMINARE IL 31/1/2020. I CORSI DEL SECONDO TURNO AVRANNO INIZIO IL 3/2/2020 PER TERMINARE IL 31/5/2020.

I corsisti sono tenuti al rispetto delle strutture in quanto patrimonio della collettività. Devono pertanto munirsi di abbigliamento idoneo e di scarpe da ginnastica da calzare prima dell'inizio della lezione.

Sono garantite un minimo di 14 lezioni a turno per corsi monosettimanali e 28 lezioni a turno per corsi bisettimanali. I corsi sono a numero chiuso e i posti sono assegnati in base all'ordine di arrivo dei moduli di iscrizione corredati dal relativo pagamento. Le fasce di età sono indicative. L'inserimento di corsisti di età differenti verrà valutato dallo specialista. L'attività effettivamente svolta durante le lezioni sarà in funzione della valutazione d'ingresso dell'utenza e potrebbe discostarsi leggermente dal programma previsto.

Le lezioni seguono il calendario esposto nelle sedi di corso. Le lezioni non effettuate per motivi personali o per motivi non imputabili all'associazione non saranno recuperate né rimborsate. Le lezioni non effettuate per motivi imputabili all'associazione saranno recuperate con tempi e modalità definite dalla medesima. L'eventuale impossibilità dell'utente a partecipare ai recuperi non dà diritto al rimborso o a recupero in data diversa da quella definita.

Per motivi organizzativi è possibile la rotazione e/o la sostituzione degli istruttori sullo stesso corso nell'arco dell'anno, così come i giorni e gli orari segnalati possono subire modifiche o variazioni.

All'associazione non compete alcuna responsabilità per danni o furti ad oggetti o beni di proprietà dell'iscritto durante le lezioni.

L'associazione si riserva il diritto di non attivare o spostare la sede dei corsi per esigenze tecnico organizzative o qualora non si raggiungesse il numero minimo di iscritti, rimborsando per intero la quota di iscrizione, ad esclusione della quota assicurativa.

Per ulteriori informazioni contattare lo 02.26921154 o al 334.1654359.

L'ACCESSO AI CORSI È VIETATO AI NON ISCRITTI.

IMPORTANTE

È vivamente consigliato comunicare agli insegnanti del corso, eventuali limitazioni e/o problematiche inerenti la propria condizione di salute.

(es: problemi cardiaci, posturali, esiti da traumi, gravidanza, ecc.)

ATTENZIONE

- La quota assicurativa di € 6,00 è UNICA per la stagione 2019/2020 e consente all'utente la partecipazione a più corsi. La quota assicurativa non è rimborsabile.
- OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO PER TUTTI I CORSISTI DAI 7 ANNI COMPIUTI.

Corsi per adulti: Fitness

Quadrimestre bisettimanale € 125,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre monosettimanale € 63,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre diversamente abili € 50,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre Over 65 sconto del 50% sulla tariffa base bisettimanale + assicurazione € 6,00



GINNASTICA GENERALE

Palestra Scuola "Matteotti" Via Libertà

01 - Lunedì 18.00-19.00

02 - Giovedì 18.00-19.00

03 - Bisettimanale

Spazio APSA Parco Mattei Via Caviaga 4

04 - Lunedì 18.30-19.30

05 - Giovedì 18.30-19.30

06 - Bisettimanale

Palestra Scuola "M.L. King" Via Di Vittorio

07 - Martedì 18.30-19.30

08 - Venerdì 18.30-19.30

09 - Bisettimanale

Palestra Centro Polifunzionale di Via Parri

10 - Lunedì 09.00-10.00

11 - Giovedì 09.00-10.00

12 - Bisettimanale

Palestra Centro Polifunzionale di Via Parri

13 - Lunedì 10.00-11.00

14 - Giovedì 10.00-11.00

15 - Bisettimanale

Palestra Centro Polifunzionale di Via Parri

16 - Lunedì 11.00-12.00

17 - Giovedì 11.00-12.00

18 - Bisettimanale

Palestra Scuola "S. D'Acquisto" Via Europa

19 - Lunedì 18.00-19.00

20 - Giovedì 18.00-19.00

21 - Bisettimanale

Palestra Scuola "S. D'Acquisto" Via Europa

22 - Lunedì 19.00-20.00

23 - Giovedì 19.00-20.00

24 - Bisettimanale

GINNASTICA DOLCE

Palestra Scuola "De Gasperi" Via Agadir

25 - Martedì 18.00-19.00

26 - Venerdì 18.00-19.00

27 - Bisettimanale

STRETCHING

Palestra Scuola "De Gasperi" Via Agadir

28 - Martedì 19.00-20.00

29 - Venerdì 19.00-20.00

30 - Bisettimanale

LEG POWER

Palestra Scuola "Galilei" Via Croce Rossa

31 - Lunedì 19.00-20.00

G.A.G. (sconsigliato over 65)

Palestra Scuola "Matteotti" Via Libertà

34 - Lunedì 19.00-20.00

35 - Giovedì 19.00-20.00

36 - Bisettimanale

Palestra Scuola "S. D'Acquisto" Via Europa

37 - Martedì 20.00-21.00

38 - Venerdì 20.00-21.00

39 - Bisettimanale

BODY POWER ULTRA ABDOMINAL (sconsigliato over 65)

Palestra Scuola "S. D'Acquisto" Via Europa

40 - Martedì 19.00-20.00

41 - Venerdì 19.00-20.00

42 - Bisettimanale

Palestra Scuola "Matteotti" Via Libertà

43 - Lunedì 20.00-21.00

44 - Giovedì 20.00-21.00

45 - Bisettimanale



Corsi per adulti: Sport di squadra



Quadrimestre monosettimanale (un'ora e mezza) € 94,00 + assicurazione € 6,00

PALLAVOLO (max. 16 utenti)

Palestra Scuola "Galilei" Via Croce Rossa

46 - Lunedì 20.00-21.30

47 - Giovedì 20.00-21.30

Corsi Wellness

Quadrimestre bisettimanale € 145,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre monosettimanale € 73,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre diversamente abili € 50,00 + assicurazione € 6,00
Quadrimestre Over 65 sconto del 50% sulla tariffa base bisettimanale + assicurazione € 6,00



PILATES

Palestra Scuola "S. D'Acquisto" Via Europa

59 - Lunedì 20.00-21.00

60 - Giovedì 20.00-21.00

61 - Bisettimanale

Palestra Scuola "De Gasperi" Via Agadir

62 - Martedì 20.00-21.00

63 - Venerdì 20.00-21.00

64 - Bisettimanale

GINNASTICA POSTURALE

Spazio APSA Parco Mattei Via Caviaga 4

65 - Lunedì 19.30-20.30

66 - Giovedì 19.30-20.30

67 - Bisettimanale

DIS-ABILITÀ SPORTIVE "UNO SPORT PER TUTTI"

Palestra Scuola "Greppi" Via Greppi

74 - Martedì - Venerdì 18.00-19.00

Quadrimestre monosettimanale (un'ora e mezza) € 145,00 + assicurazione € 6,00 Quadrimestre Over 65 sconto del 50% sulla tariffa base bisettimanale + assicurazione € 6,00

YOGA ADULTI

Palestra Scuola "De Gasperi" Via Agadir

68 - Principianti - Giovedì - 20.30-22.00

69 - Avanzati - Giovedì - 19.00-20.30

Quadrimestre bisettimanale € 125,00 + assicurazione € 6,00

Quadrimestre monosettimanale € 63,00 + assicurazione € 6,00

Quadrimestre Over 65 sconto del 50% sulla tariffa base bisettimanale + assicurazione € 6.00

YOGA TERZA ETÀ

Palestra Centro Polifunzionale Via Parri

70 - Lunedì - Giovedì 09.30-10.30

71 - Lunedì - Giovedì 10.30-11.30

Corso di Difesa Personale

Quadrimestre monosettimanale (un'ora e mezza) € 145,00 + assicurazione € 6,00 Quadrimestre Over 65 sconto del 50% sulla tariffa base + assicurazione € 6,00

DIFESA PERSONALE

Palestra Centro Polifunzionale Via Parri

78 - Lunedì - 19.30-21.00



Corsi per bambini/ragazzi

Quadrimestre bisettimanale € 109,00 + assicurazione € 6,00 Quadrimestre monosettimanale € 55.00 + assicurazione € 6.00



ROLLER (Propedeutica)

Palestra Scuola "Matteotti" Via Libertà

49 - Martedì 17.30-18.30

50 - Venerdì 17.30-18.30

51 - Bisettimanale

PALLAVOLO

(per ragazzi/e delle medie e superiori)

Palestra Scuola "Galilei" Via Croce Rossa

76 - Giovedi 19.00-20.00

MINIVOLLEY

(bambini 3a/5a elementare)

Palestra Scuola "Galilei" Via Croce Rossa

54 - Lunedì 18.00-19.00

55 - Giovedì 18.00-19.00

56 - Bisettimanale

MINIBASKET

(bambini 3a/5a elementare)

Palestra Scuola "Matteotti" Via Libertà

77 - Mercoledì 17.00-18.00

Calendario

INIZIO CORSI SPORTIVI 7 OTTOBRE 2019

GIORNI DI SOSPENSIONE DEI CORSI*

DALL'1 AL 3 NOVEMBRE 2019

DAL 22 DICEMBRE 2019 AL 6 GENNAIO 2020

TERMINE PRIMO QUADRIMESTRE - 31 GENNAIO 2020 INIZIO SECONDO QUADRIMESTRE - 3 FEBBRAIO 2020

IL 27 E 28 FEBBRAIO 2020

COMPRESI

DAL 9 AL 15 APRILE 2020

COMPRES

1 MAGGIO 2020

TERMINE CORSI 31 MAGGIO 2020



"FESTA PATRONALE"
15 SETTEMBRE 2019 DALLE 10.00 ALLE 18.00

Informazioni ed esibizioni

*Salvo eventuali modifiche a seguito di diverse indicazioni degli istituti scolastici.

Ti aspettiamo presso lo stand Acquamarina

REGOLAMENTO

ART. 1 Oggetto e finalità - Il presente regolamento ha per oggetto la regolamentazione dello svolgimento delle pratiche sportive, ricreative, culturali e le norme di comportamento che i partecipanti devono tenere sia durante lo svolgimento delle attività connesse alla Associazione o da essa organizzate sia durante l'utilizzo degli Impianti Sportivi.

ART. 2 Scopo dell'Associazione - L'Associazione è apolitica, apartitica e senza scopo di lucro. Opera per soli fini sportivi, ricreativi e culturali secondo quanto previsto dall'ART. 3 dello Statuto

ART. 3 Domanda di partecipazione - Tutti coloro i quali intendono svolgere l'attività proposta dall'associazione sul Comune di San Donato Millanese sono tenuti a redigere apposita domanda con la quale dichiarano esplicitamente di osservare e condividere lo Statuto Societario e il Regolamento di Utilizzo delle Strutture Sportive visionabile sul sito www.acquamarinasportifici. t. All'atto della richiesta di Ammissione, il corsista autorizza l'Associazione a tesserarlo, tramite tessera assicurativa sportiva "Base", alla LIBERTAS, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI, del quale il corsista ha compreso ed accettato in tutte le sue parti gli estratti di polizza relativa alla copertura infortunistica compresa nella tessera e pubblicati sul sito internet. Il corsista ha l'obbligo di comunicare, al momento dell'iscrizione, se risulta già tesserato, per la medesima disciplina sportiva, presso altro Ente di Promozione o presso la Federazione Nazionale di riferimento.

ART.4 *Quote* - Ogni corsista, per partecipare alle attività proposte e avere accesso agli impianti è tenuto a versare una quota di partecipazione e la quota assicurativa prevista. La quota di partecipazione è quadrimestrale, mentre la quota assicurativa copre l'intera stacione sportiva.

ART.5 Iscrizione ai corsi - I corsi sono a numero chiuso e riservati ai soli iscritti. Le fasce di età indicate nel programma sono comunque indicative. Lo specialista può inserire utenti di età differente se lo ritiene opportuno. Pertanto i posti saranno assegnati in base all'ordine di arrivo dei moduli di iscrizione corredati dal relativo pagamento. Le iscrizioni sono aperte per il PRIMO TURNO: da lunedì 23 settembre a sabato 28 settembre (per le conferme) e da lunedì 30 settembre a sabato 5 ottobre (per le nuove iscrizioni) presso Cascina Roma. Per il SECONDO TURNO: da lunedì 13 gennaio a sabato 18 gennaio (per le conferme) e da giovedì 23 gennaio a sabato 25 gennaio (per le nuove iscrizioni) presso Cascina Roma. Per tutto l'anno sarà comunque possibile iscriversi in base alle disponibilità anche presso i nostri uffici nei giorni e orari di apertura e via mail. L'iscrizione dei minori deve essere firmata da un genitore avente patria potestà.

ART.6 Quote di partecipazione e modalità di pagamento - Le quote di partecipazione sono definite in accordo con il Comune di San Donato Milanese. Alla quota di partecipazione va aggiunta la quota assicurativa (ART. 4). È possibile iscriversi presso la sede sociale di Segrate dove si può pagare anche tramite Bancomat, contanti o Assegno Bancario non trasferibile intestato a A.P.D. Acquamarina Sport&Life.

ART.7 Periodo svolgimento dei corsi, rinunce e rimborsi -I corsi sportivi avranno inizio da lunedì 7 Ottobre 2019 fino a domenica 2 Febbraio 2020 compresi (1° quadrimestre), e da lunedì 3 Febbraio 2020 fino a domenica 31 maggio 2020 compresi (2° quadrimestre). I giorni di sospensione verranno affissi all'interno degli impianti, presso la sede sociale e pubblicati sul sito. È possibile cambiare una volta sola durante la stagione il corso prescelto, pagando eventualmente l'integrazione dovuta, previa richiesta scritta alla Segreteria la quale, se le condizioni lo permettono, darà relativa autorizzazione. In questo caso non sono previsti rimborsi. Solo in caso di documentati problemi di salute (tramite certificato medico redatto da uno specialista) non preventivabili in sede di iscrizione è ammesso il congelamento della parte di quota non usufruita con conseguente emissione di un buono valido per la partecipazione ad un qualsiasi altro corso. Il buono sarà calcolato a partire dal mese successivo alla data di ricezione della domanda di rimborso. Non sono previsti rimborsi per impedimenti temporanei o parziali. I corsi saranno attivati solo al raggiungimento del numero minimo di iscritti. Solo nel caso in cui i corsi prescelti non vengano attivati è prevista la totale restituzione della quota.

ART. 8 Sospensione temporanea dei corsi e rotazione istruttori - Per la stágione 2019/20 è previsto un numero minimo di 14 lezioni per i corsi sportivi monosettimanali e di 28 per quelli bisettimanali a quadrimestre: un numero di lezioni pari a quello indicato nel relativo programma per i restanti corsi. Le lezioni non effettuate per qualsiasi motivo personale o per motivi non imputabili direttamente all'Associazione se possibile saranno recuperate ma non potranno in alcun modo essere rimborsate. Le lezioni non effettuate per motivi direttamente imputabili alla Associazione saranno recuperate con tempi e modalità definite dalla medesima. L'eventuale impossibilità del socio a partecipare ai recuperi non dà diritto ad alcun rimborso. Tutte le comunicazioni in merito all'attività corsistica avverranno solo ed esclusivamente via mail, sms o altri strumenti di messaggistica istantanea, oppure tramite affissione presso la sede dei corsi. Per motivi organizzativi è possibile la rotazione e/o la sostituzione degli istruttori sullo stesso corso nell'arco dell'anno.

ART.9 Certificato medico - Nessun socio, dai 7 anni compiuti in su, iscritto ai corsi sportivi potrà parteciparvi senza aver presentato regolare certificato medico di idoneità alla pratica sportiva in corso di validità in conformità alla normativa vigente, anche in fotocopia ma solo dopo la presa in visione dell'originale. L'Associazione non si assume nessuna responsabilità sullo stato di salute degli iscritti, se non per quanto previsto dalla normativa vigente in materia di accertamento del conseguimento obbligatorio preventivo dell'idoneità per la specifica attività sportiva svolta dall'iscritto.

ART.10 Accesso ed utilizzo degli impianti - L'accesso alle strutture sportive è consentito nel numero massimo stabilito in conformità alle normative e alle direttive riguardanti la sicurezza degli impianti medesimi. I corsisti sono tenuti ad osservare le norme e a prestare la massima correttezza nell'uso delle strutture sportive, delle attrezzature e dei servizi, a indossare tenute e calzature prescritte per ciascuna disciplina sportiva, comunque compatibili con l'impianto e a non espletare attività che non siano strettamente quelle in relazione all'attività sportiva da svolgere. I danni arrecati a persone o cose per negligenza o per inadempienza al presente regolamento o a tutti i divieti affissi saranno indennizzati direttamente dai responsabili.

ART.11 Furti, smarrimenti e danni - L'Associazione respinge ogni responsabilità e non risponde di quanto lasciato o dimenticato negli spogliatoi. L'Associazione non si assume nessuna responsabilità per furti, smarrimenti o danni agli effetti personali avvenuti all'interno degli impianti sportivi da essa gestiti o durante l'attività organizzata.

ART.12 Richieste, lamentele e reclami - Ogni tipo di richiesta, lamentela o reclamo dovrà pervenire solo ed esclusivamente alla Direzione ai seguenti recapiti: Segrate - sdm@acquamarinasportlife.it, tel. 02 26921154 o cell. 3341654359;

ART.13 Lotta al Doping - I corsisti sono tenuti a condividere con l'Associazione le linee quide di lotta ad ogni forma di doping.

ART.14 Presunzione di conoscenza e osservanza del Regolamento - I corsisti non possono in nessun modo invocare l'ignoranza del presente Regolamento, che viene a formare parte integrante degli atti associativi. La trasgressione delle norme contemplate nel presente Regolamento può determinare la sospensione o la revoca della qualifica di corsista. Il Consiglio Direttivo stabilisce l'idonea penalità da applicarsi graduandola in relazione alla gravità dell'infrazione e alle norme violate (Art. 11 Statuto).

ART.15 Norma di rinvio - Per quanto non previsto dal presente Regolamento, si fa espresso rinvio alle norme del codice civile ed alle altre norme legislative e regolamentari in vigore (Art. 28 Statuto)



ISCRIZIONE E RINNOVO AI CORSI 2019/2020

		Nome Indirizzo	
Telefono	Cellulare	E-mail	
Luogo di nascita		Data di nascita	Provincia
Codice fiscale		Sesso	
DATI DEL GENITORE AUTORIZ	77ATO		
		Nome	
Codice fiscale			
Corsi Prescelti			
Codice	Codice		Codice
Cognete (MAI)	Ciusa a la ac		
Segrate (IVII)	FITTIA ISCI	ritto nore del genitore autorizzato)	
PRIVACY INFORMATIVA AI S		iore dei geriitore adtorizzatoj	
CONSENSO PER MINORE Il sottoscritto, in qualità di sopra, il consenso è FACOLULTERIORI FINALITÀ Con la presente AUTORIZ	concessione del consenso con genitore autorizzato del mir corsi, ESPRIME IL PROPRI L'ATIVO tuttavia la mancata co L'ZA l'utilizzo dei dati personali	mporta l'impossibilità di svolgere l'a nore per il quale si sottoscrive la O CONSENSO al trattamento del oncessione del consenso comporta	presente richiesta di ammissione a socio dati personali raccolti secondo le modalità d l'impossibilità di svolgere l'attività richiesta.
e l'iscrizione ai corsi, AUTO parte di A.P.D. ACQUAMAR decoro.	genitore autorizzato del mir RIZZO l'utilizzo dei dati pe INA SPORT&LIFE. Ne vieto ta del corso e si intende revoca	ersonali per finalità di marketing o altresì l'uso in contesti che ne	presente ammissione a socio o il rinnovo g diretto ed indiretto e di profilazione da pregiudichino la dignità personale ed i preso salvo per gli usi di legge e/o Regolament
Segrate (MI)			
	(in caso di min	nore del genitore autorizzato)	
FIRMA PER ACCETTAZIONE I www.acquamarinasportlife		AMENTO E DELL'INFORMATIVA	/ISIONABILI SUL SITO INTERNET
Segrate (MI)	Firma Iscr	ritto	
- >3 ()		nore del genitore autorizzato)	



A.P.D. ACQUAMARINA SPORT&LIFE

Associazione Polisportiva Dilettantistica

c/o Palazzetto dello Sport - Via XXV Aprile, 16 20090 Segrate (MI)
Tel. 334.1654359 - 02.26921154 / FAX 02.26921154
info@acquamarinasportlife.it - www.acquamarinasportlife.it