

# SPORT DI SQUADRA

**PALLAMANO**  
**MINIVOLLEY**  
**MICROVOLLEY**  
**SUPERMINIVOLLEY**  
**PALLAVOLO MEDIE/SUPERIORI**  
**PALLAVOLO ADULTI**  
**MINIBASKET**  
**MINIBASKET PRO**  
**FUTSAL AVVIAMENTO AL CALCIO**

## PALLAMANO

**CORSO BAMBINI/RAGAZZI**

La pallamano è uno sport di squadra che riprende le caratteristiche dello del calcio e e della pallacanestro. Viene definito il più veloce sport di squadra con la palla dove si privilegia di più il dinamismo rispetto al tatticismo.

**QUADRIMESTRE**

Monosettimanale € 117,00

**RINNOVO QUADRIMESTRE**

Monosettimanale € 78,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	18,15-19,15	Elementari Modigliani	11-16 anni		SEGRATE CENTRO	Arianna Reichstein

## MICROVOLLEY

**CORSO BAMBINI**

Il corso di microvolley è un corso propedeutico all'insegnamento della pallavolo per i bambini di 6/7 anni. Si cercherà attraverso il gioco d' insegnare ai piccoli atleti i fondamentali di questo sport struttando che schemi motori di base utili all'apprendimento.

**QUADRIMESTRE**

Monosettimanale € 84,00

**RINNOVO QUADRIMESTRE**

Monosettimanale € 56,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Giovedì	16,45-17,30	Palazzetto	6-7 anni		SEGRATE CENTRO	

## MINIVOLLEY

CORSO BAMBINI

Il Minivolley è un corso propedeutico all'insegnamento della Pallavolo. Attraverso una serie di giochi divertenti e aggreganti il bambino si avvicina a quelli che sono i fondamentali tecnici, sia individuali che di squadra, propri del Volley. Gli istruttori, laureati in Scienze Motorie, porranno particolare attenzione agli aspetti legati alla parte motoria e socializzante dell'attività proposta.

### QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 147,00

### RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 98,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Giovedì	16,45-18,30	Elementari MI 2 Sud	8-11 anni		MILANO 2	
Mercoledì	16,45-18,30	Media Redecesio	8-11 anni		REDECESIO	
Lunedì	16,45-18,30	Palazzetto	8-11 anni		SEGRATE CENTRO	

## SUPERMINIVOLLEY

CORSO BAMBINI

Il Corso SuperMinivolley è strutturato come un corso pre-agonistico vero e proprio in cui vengono affrontate le tematiche tecniche e motorie specifiche della pallavolo in modo più approfondito. L'inserimento delle atlete potrà avvenire solo previa valutazione tecnica da parte degli allenatori.

### QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 123,00

Bisettimanale € 204,00

### RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 81,00

Bisettimanale € 136,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Lunedì	16,45-18,30	Elementari Modigliani	Femmine 2011-12-13	Pre-Agonistica	SEGRATE CENTRO	
Giovedì	16,45-18,30	Elementari Modigliani	Femmine 2011-12-13	Pre-Agonistica	SEGRATE CENTRO	
Martedì	16,45-18,30	Palazzetto	Maschi 2011-12-13	Pre-Agonistica	SEGRATE CENTRO	Gianluca Cavaglieri
Venerdì	16,45-18,30	Palazzetto	Maschi 2011-12-13	Pre-Agonistica	SEGRATE CENTRO	Gianluca Cavaglieri

## PALLAVOLO | MEDIE / SUPERIORI

**CORSO BAMBINI/RAGAZZI**

Questo corso di pallavolo amatoriale nasce per dare la possibilità a chiunque abbia scoperto una passione in età adolescenziale e abbia voglia ad avvicinarsi a questa realtà sviluppando allo stesso tempo un forte spirito di squadra. Ideato per tutti coloro che abbiano voglia di imparare i gesti fondamentali della pallavolo insieme ad istruttori qualificati che sapranno dare il giusto incipit per migliore ogni aspetto legato alla coordinazione di gioco.

**QUADRIMESTRE**  
Monosettimanale € 117,00

**RINNOVO QUADRIMESTRE**  
Monosettimanale € 78,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Giovedì	17,30-18,30	Palazzetto	11-16 anni		SEGRATE CENTRO	

## PALLAVOLO ADULTI

**CORSO ADULTI**

Questo corso avrà l'obiettivo principale di evidenziare gli aspetti aggreganti e socializzanti di questo bellissimo sport. Ovviamente gli aspetti tecnici e tattici, individuali e di squadra, non saranno trascurati ma sicuramente gli aspetti legati al gioco vero e proprio saranno quelli più trattati.

**QUADRIMESTRE**  
Monosettimanale € 132,00

**RINNOVO QUADRIMESTRE**  
Monosettimanale € 88,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Martedì	21,00-23,00	Elementari Walt Disney			SAN FELICE	

## MINIBASKET

CORSO BAMBINI

Questo è un corso propedeutico all'insegnamento della Pallacanestro. Attraverso una serie di giochi divertenti e aggreganti il bambino si avvicina a quelli che sono i fondamentali tecnici, sia individuali che di squadra, propri del Basket. Gli istruttori, laureati in Scienze Motorie, porranno particolare attenzione agli aspetti legati alla parte motoria e socializzante dell'attività proposta.

### QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 99,00

Bisettimanale € 147,00

### RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 66,00

Bisettimanale € 98,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Mercoledì	16,45-18,00	Elementari MI 2 Sud	8-11 anni		MILANO 2	
Lunedì	16,45-18,00	Elementari Redecesio	8-11 anni		REDECESIO	Maurizio Mercandelli
Martedì	17,00-18,00	Don Giussani	9 anni	Aquilotti 2012	REDECESIO	Federico Pugliese
Giovedì	17,00-18,00	Tensostruttura Rovagnasco	9 anni	Aquilotti 2012	ROVAGNASCO	Federico Pugliese
Lunedì	17,00-18,00	Don Giussani	8 anni	Scoiattoli 2013	REDECESIO	Carlo Bellavita
Mercoledì	17,00-18,00	Tensostruttura Rovagnasco	8 anni	Scoiattoli 2013	ROVAGNASCO	Carlo Bellavita
Martedì	18,00-19,00	Elementari Modigliani	7 anni	Scoiattoli 2014	SEGRATE CENTRO	Luca Barbieri
Venerdì	17,00-18,00	Tensostruttura Rovagnasco	7 anni	Scoiattoli 2014	ROVAGNASCO	Luca Barbieri
Lunedì	17,00-18,00	Tensostruttura Rovagnasco	6 anni	Pulcini 2015	ROVAGNASCO	Luca Barbieri
Giovedì	17,00-18,00	Don Giussani	6 anni	Pulcini 2015	REDECESIO	Luca Barbieri
Mercoledì	17,00-18,00	Elementari Modigliani	4-5 anni	Pulcini 2016-2017	SEGRATE CENTRO	Giovanni Magoga

## MINIBASKET PRO

### QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 122,00

Bisettimanale € 204,00

### RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 82,00

Bisettimanale € 136,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Mercoledì	18,00-19,30	Tensostruttura Rovagnasco	10 anni	Aquilotti 2011	ROVAGNASCO	Barbara Casella
Venerdì	17,00-18,30	Don Giussani	10 anni	Aquilotti 2011	REDECESIO	Barbara Casella

## FUTSAL | AVVIAMENTO AL CALCIO

Il Futsal, o calcio indoor, è uno sport di squadra che si svolge all'interno. Gli obiettivi generali da perseguire sono lo sviluppo/consolidamento schemi motori di base (camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, calciare, arrampicarsi, scendere, strisciare, rotolarsi), l'utilizzo e la gestione dello spazio, il controllo psico-motorio e la conoscenza dei gesti tecnici fondamentali. Il tutto rapportato alle diverse fasce d'età e senza dimenticare dell'aspetto ludico-motorio. I bambini di 3 anni verranno inseriti previa valutazione dello specialista durante la lezione di prova.

### QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 84,00

### RINNOVO QUADRIMESTRE

Monosettimanale € 56,00

Giorni	Orario	Palestra	Destinatari	Denominazione	Quartiere	Trainer
Venerdì	16,45-17,30	Elementari Modigliani	3-4 anni		SEGRATE CENTRO	Alessia Di Cioccio
Venerdì	17,30-18,15	Elementari Modigliani	5-6 anni		SEGRATE CENTRO	Alessia Di Cioccio