

LE ISCRIZIONI E LE RELATIVE DOCUMENTAZIONI SONO DA CONSEGNARE NEI
GIORNI PRECEDENTI ALLA DATA DI INIZIO DEI CORSI.

CORSI DI PATTINAGGIO ED HOCKEY SUL GHIACCIO CENTRO POLISPORTIVO MASSARI 2016/2017

Le attività sono rivolte ai soci di ASD Progetto Sport di Borgata.

Diventa socio

Progetto Sport di Borgata:

All'atto della prima iscrizione
stagionale sono necessarie:

- FOTOCOPIA del certificato medico
- Quota associativa euro 13.00

I pagamenti possono essere effettuati
tramite bancomat, carte o bollettino postale.
(NO CONTANTI)

Orari segreteria

lunedì, venerdì 15,00-18,00

martedì, giovedì 10,00-12,00

15,00-20,00

mercoledì 11,00-18,00



Seguici su facebook
Centro Polisportivo Massari

Per informazioni consulta il nostro sito
web o la nostra pagina facebook



**Palaghiaccio
Massari**

via Massari, 114 - Torino
Telefono 011.22.06.211

Centro
Polisportivo
Massari



www.centropolisportivomassari.it

SECONDO TURNO PALAGHIACCIO MASSARI DAL 30 GENNAIO AL 6 MAGGIO 2017

ISCRIZIONI DAL 9 GENNAIO AL 26 GENNAIO 2017

AVVIAMENTO AL PATTINAGGIO ARTISTICO/PROPEDEUTICO

L'attività è divisa in più livelli ed è destinata anche a chi non ha mai frequentato corsi di pattinaggio su ghiaccio. La partecipazione ai corsi è prevista a partire dai 4 anni di età. Principali obiettivi tecnici: Equilibrio su due piedi con controllo e giusta impostazione della postura; Esecuzione dei giri di pista con le spinte corrette; Trottole su due piedi; Figure preparatorie per l'apprendimento dell'equilibrio e la dimestichezza sui pattini; Figure generiche con angeli e libellule; Conoscenza ed uso appropriato dei fili interni ed esterni dei pattini. Corsi aperti anche agli adulti.

LUN / MAR

17,00-17,50

17,50-18,40

MER

17,00-17,50

17,50-18,40

20,00-20,50

VEN

20,00-20,50

SAB

10,00-10,50

Martedì- mercoledì- venerdì 13 lezioni 98,00 EURO

Lunedì 12 lezioni 90,00 EURO

PATTINAGGIO ARTISTICO E PRE-AGONISTICO

In collaborazione con l'A.S.D. SPORTINCONTRO e con la supervisione tecnica di Silvia Gandolfi, con brevetto FISE di 3° livello FISG CONI. Principali obiettivi tecnici: 1. Perfezionamento passi base 2. Esecuzione del passo incrociato dx e sx avanti e indietro 3. Apprendimento di salti semplici dal salto del tre al Lutz e accrescimento eventuale ad Axel e salti doppi. 4. Trottole su un piede, evoluzione in incrociato basso e angelo. 5. Possibilità di svolgere gare con annessa preparazione coreografica del programma di gara.

MAR / GIO

17,00-18,40

MER / VEN

17,00-18,40

19,30-20,50

SAB

10,50-12,30

Frequenza settimanale pomeridiana 196,00 EURO

Frequenza settimanale serale 156,00 EURO

AVVIAMENTO ALL'HOCKEY (CON ATTREZZATURA PROPRIA)

In collaborazione con l'Hockey Club TORINO BULLS, Campioni d'Europa.

Obiettivi tecnici: Spinta ed equilibrio; Posizioni; Agilità sui pattini; Insegnamento corretto dell'uso della stecca e del dischetto.

MER / VEN 18,40-19,30

Frequenza bisettimanale 26 lezioni 196,00 EURO