

LEZIONI PRIVATE

Lezioni ed allenamenti privati, con allenatore/allenatrice riservato/a, finalizzate a velocizzare il percorso sportivo, rafforzare la tecnica e lavorare su eventuali carenze.

TARIFFE

- 1 ATLETA €20/h - Abbonamento 4 lezioni €70
- 2 ATLETI €30/h - Abbonamento 4 lezioni €105
- 3 ATLETI €40/h - Abbonamento 4 lezioni €140

Le lezioni devono essere prenotate tramite mail a palaghiaccio@centropolisportivomassari.it con almeno 48 ore di preavviso, o telefonicamente il sabato e la domenica chiamando allo 011.2206211 dalle ore 15:00 alle ore 18:00.

LA TUA VOGLIA DI PATTINARE NON FINISCE MAI?

**VIENICI A TROVARE ANCHE NEGLI ORARI DI APERTURA AL PUBBLICO!
PER GIORNI E ORARI DI APERTURA E PER SCOPRIRE LE NOSTRE TARIFFE E PROMOZIONI,
VISITA IL SITO
WWW.CENTROPOLISPORTIVOMASSARI.IT**



Via Massari 114/116 - Torino
Telefono 011.22.06.211

palaghiaccio@centropolisportivomassari.it

ISCRIZIONI ONLINE sul nostro sito
www.centropolisportivomassari.it

ISCRIZIONI IN SEDE
MARTEDI E GIOVEDI 15:00-20:00
VENERDI 09:00-12:00

 Centro Polisportivo Massari

 [palaghiaccio.massari](https://www.instagram.com/palaghiaccio.massari)
[centro_polisportivo_massari](https://www.instagram.com/centro_polisportivo_massari)

CENTRO POLISPORTIVO MASSARI



Palaghiaccio Massari

**CORSI DI PATTINAGGIO
ARTISTICO SUL GHIACCIO
DAL PROPEDEUTICO ALL'AGONISMO**



1° TURNO

**Dall' 11 settembre 2023
al 20 gennaio 2024**

Iscrizioni on-line e in
presenza dal
28/08/23 al 06/10/23

2° TURNO

**Dal 22 gennaio 2024
al 18 maggio 2024**

Iscrizioni on-line
dal 23/12/23 al 17/02/24
Iscrizioni in presenza
dall' 08/01/24 al 17/02/24

2023/2024

DIVENTA SOCIO DI SPORT DI BORGATA

All'atto della prima iscrizione stagionale sono necessari:

- Fotocopia del certificato medico
- Quota associativa €14

I pagamenti possono essere effettuati tramite bancomat, carte o bonifico bancario. Per motivi assicurativi, l'avvenuta iscrizione non consente l'ingresso il giorno stesso.

I corsi di tutti i livelli, dai primi passi all'agonismo, sono in collaborazione e supervisione di tecnici qualificati UISP e FISG

CORSO PRIMI PASSI (4-6 ANNI)

Per imparare le basi del pattinaggio con metodo d'insegnamento ludico-sportivo.

LUN 17:00-17:50

SAB 09:50-10:40

12 lezioni+3 di perfezionamento+ 1 GRATIS €125
(Prezzo per singolo turno con frequenza settimanale)
Possibilità di iscrizione 2 volte a settimana

PROPEDEUTICO E BASI PER L'ARTISTICO

Per tutte le età, dai 6 anni agli adulti. I corsi sono divisi in più livelli.

LUN 17:00-17:50

MAR 17:00-17:50 | 17:50-18:40

MER 17:00-17:50 | 17:50-18:40 | 19:50-20:40

GIO | 19:00-19:50

VEN 17:00-17:50

SAB 09:50-10:40

12 lezioni+3 di perfezionamento+ 1 GRATIS €115
(Prezzo per singolo turno con frequenza settimanale)

PATTINAGGIO ARTISTICO

MAR/GIO 17:00-18:40

MER 17:00-18:40 | 19:00-20:40

VEN 19:00-20:40

SAB 10:50-12:30

12 lezioni+3 di perfezionamento+ 1 GRATIS €230
(Prezzo per singolo turno con frequenza settimanale)

PREAGONISMO E AGONISMO

Allenamenti avanzati di pattinaggio di figura con possibilità di svolgere gare con annessa preparazione coreografica del programma di gara e accrescimento a categorie FISG.

PREAGONISMO 1

MER 17:00-18:40 | 19:00-20:40

SAB 10:50-12:30

PREAGONISMO 2

MAR 17:00-18:40

MER 17:00-18:40 | 19:00-20:40

SAB 10:50-12:30

PREAGONISMO GARE & AGONISMO GARE

LUN 18:10-19:50

MER 19:00-20:40

GIO 17:00-18:40 | 19:00-20:40

ALLENAMENTI CON
COREOGRAFO SPECIALIZZATO 

VEN 17:00-18:40 | 19:00-20:40

ADULTI

MER 19:00-20:40

SAB 10:50-12:30

PREAGONISMO 1 e 2 E ADULTI: Frequenza settimanale base, possibilità di iscrizione più volte a settimana.
PREAGONISMO GARE E AGONISMO GARE
Frequenza bisettimanale obbligatoria.

12 lezioni+3 di perfezionamento+ 1 GRATIS €230
(Prezzo per singolo turno con frequenza settimanale)

ALLENAMENTI CON COREOGRAFO SPECIALIZZATO:
15 lezioni + 1 GRATIS €290

OFF-ICE

Allenamenti fuori dal ghiaccio necessari per gli/le atleti/e dal preagonismo in su. Nelle diverse discipline, l'allenamento migliora rotazione aerea, elevazione, fortifica i muscoli, aumenta la esistenza, sistema postura, equilibrio e musicalità.

ROTAZIONI

MAR 19:00-19:30 O MER 18:20-18:50

15 lezioni+ 1 GRATIS €38 (Prezzo per singolo turno)

PREPARAZIONE ATLETICA

MAR 19:30-20:30

MER 17:20-18:20

15 lezioni+ 1 GRATIS €85 (Prezzo per singolo turno)

DANZA

LUN 17:00-18:00 O 18:00-19:00

15 lezioni+ 1 GRATIS €85 (Prezzo per singolo turno)
Possibilità di prenotare **LEZIONI INDIVIDUALI**, chiedi info alla maestra!

PACCHETTI SCONTATI

PROPEDEUTICO 2 VOLTE A SETTIMANA €215

**ARTISTICO 2 VOLTE A SETTIMANA
+DANZA €505**

DANZA+PREP. ATLETICA €160

PREAGONISMO/AGONISMO

2 VOLTE A SETTIMANA

+DANZA

+PREP.ATLETICA

€585 (€645 con allenamenti con coreografo)

PREAGONISMO/AGONISMO

3 VOLTE A SETTIMANA

+DANZA

+PREP.ATLETICA

€800 (€860 con allenamenti con coreografo)