

Presso la palestra  
Gymnasium Gioy  
Via Carlo Pellegrini.  
Albese con Cassano (CO)



## PROGRAMMAZIONE CORSI STAGIONE 2025/2026

Con grande piacere vi presentiamo il nostro programma corsi per la stagione 2025-2026.

Le sezioni Agonistiche non sono presenti nel volantino perchè, gli orari, verranno comunicati agli atleti in base al livello e alle esigenze

### INIZIO CORSI 8 SETTEMBRE 2025

#### PER INFORMAZIONI:

Segreteria Gioy 351.6358101 (WhatsApp e telefono)

Sito web: [www.gioy.it](http://www.gioy.it), e-mail: [informazioni@gioy.it](mailto:informazioni@gioy.it),

Facebook: A. S. D. Ginnastica Gioy

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

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

*Le comunicazioni tramite il sistema broadcast funzionano solo se il numero della segreteria è tra i vostri contatti, ricordiamo di memorizzarlo. Questo sistema, nel rispetto della privacy, ci consente di comunicare con le famiglie in modo semplice e veloce.*

*Grazie per la collaborazione.*

## KINDER GYM

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

### MARTEDÌ e GIOVEDÌ

Kinder Gym 3/4-4/5 anni: ore 16:40-17:30  
(suddivisi in due gruppi per fascia d'età e apprendimento)

### SABATO MATTINA

2-3 anni: con mamma o/e papà: ore 9:40-10:30  
(ingresso con tessera e compilazione iscrizione obbligatoria per comunicazioni di servizio)

4-5 anni: in autonomia ore 10:40-11:30



## GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE

Durante gli allenamenti è obbligatorio l'utilizzo del body societario e tenere i capelli legati

### CORSO BASE PRIMO LIVELLO (B1):

6-8 anni: Lunedì e Mercoledì 17:00-18:00

6-8 anni: Martedì e Giovedì 17:00-18:00

English Gym 6-8 anni: Lunedì e Mercoledì 17:30-18:30

Corso monosettimanale Venerdì 17:00-19:00

### CORSO BASE SECONDO LIVELLO (B2):

9-12 anni: Lunedì e Mercoledì 18:00-19:00

9-12 anni: Martedì e Giovedì 18:00-19:00

### CORSO AVANZATO (A1) su selezione:

9-14 anni: Martedì e Giovedì 19:00-20:30

### CORSO AVANZATO (A2) su selezione:

9-14 anni: Mercoledì e Venerdì 19:00-20:30

## GINNASTICA ARTISTICA MASCHILE

### CORSO BASE PRIMO LIVELLO (B1):

6-8 anni: Martedì, Giovedì 17:30-18:30



## **CORSO BASE SECONDO LIVELLO E BASE PARKOUR (B2):**

9-12 anni: Martedì, Giovedì 18:30-19:30

## **ACROGYM (MASCHILE E FEMMINILE)**

8-16 anni: Lunedì e Mercoledì 17:30-18:30

## **PARKOUR**

### **PARKOUR FEMMINILE E MASCHILE**

9-13 anni: Mercoledì e Venerdì 18:30-19:30 (per accedere al corso sono richieste competenze base di acrobatica)



## **PRE ACROBATICA**

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 16:30 alle 17:30

## **CORSI SERALI**

### **PARKOUR E FREESTYLE**

Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 20:00-21:00

### **ACROBATICA E GINNASTICA ARTISTICA**

Martedì e Giovedì ore 20:00-21:00

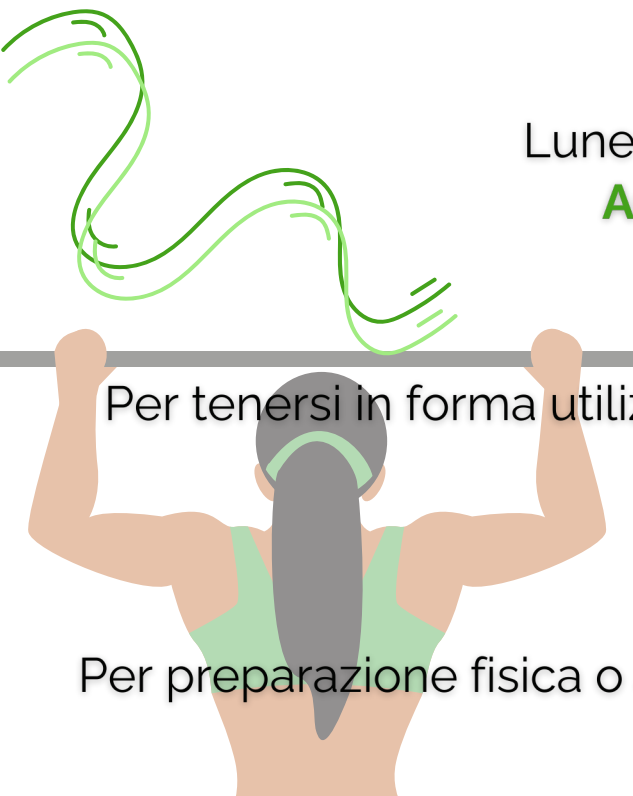
### **CROSS-GYM**

Per tenersi in forma utilizzando il proprio corpo e le attrezzature specifiche della ginnastica artistica

Lunedì e Venerdì ore 20:00-21:00

### **PERSONAL TRAINER (SU RICHIESTA)**

Per preparazione fisica o acrobatica (giorni e orari da concordare)



# MODALITA' E ORARI DI PRE-ISCRIZIONE

via e-mail all'indirizzo: [informazioni@gioy.it](mailto:informazioni@gioy.it)  
o Whatsapp al 351-6358101  
inviando il modulo di pre-iscrizione e allegando  
copia del bonifico con acconto di 50euro.  
**il modulo d'iscrizione non è vincolante**

Presso la sede di ALBESE CON CASSANO  
Palestra Gymnasium Gioy s.r.l.  
Via C. Pellegrini, snc  
tutti i giorni dal 1 settembre 2025  
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 per il bisettimanale e 1 per il monosettimanale

***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.

**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, dove è stato inserito il cartello del disco orario di 2 ore.**

**Il parcheggio è collegato alla nostra struttura da un tunnel sottopasso sempre illuminato e sicuro**

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.

Si raccomanda la puntualità sia in entrata che in uscita per permettere il regolare svolgimento delle attività.

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 in segreteria).

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.

Ricordiamo che negli spogliatoi è severamente vietato effettuare foto e/o riprese che possano essere postate sui social ledendo il buon nome della palestra. I trasgressori verranno segnalati alle autorità competenti.

Preghiamo di prestare la massima attenzione per non dimenticare indumenti o effetti personali in palestra o negli spogliatoi. Negli spogliatoi sono presenti dei cesti dove vengono depositati i beni rinvenuti in palestra.

Tutto il materiale non rivendicato viene periodicamente dato in beneficenza.

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**