

Programma stagione 2019/2020



Con l'entusiasmo e la passione di sempre la SFG Canobbio propone il suo programma annuale.

Le discipline proposte sono aperte a tutti: bambini, giovani e adulti. A dipendenza dell'età, delle capacità fisiche e delle motivazioni personali, potrete scegliere se dedicarvi alla ginnastica di competizione o se iscrivervi ad un gruppo non competitivo.

Per qualsiasi chiarimento non esitate a contattare direttamente i monitori responsabili o le responsabili tecniche.

ail

RAIFFEISEN

Banca Raiffeisen del Cassarate

SETTORE NON COMPETITIVO

BAMBINE/I e RAGAZZE/I	Giorno e ora	Monitore responsabile	Tassa	Inizio
GENITORE-BAMBINO <i>Animazione ginnico-ricreativa</i> Da 2 anni e ½ a 4 non compiuti	Martedì 16.15-17.00	Loredana Campana 076/397.10.71	Fr. 80.-	24 sett.
INFANTILE <i>Attività di movimento e gioco</i> Anno nascita: 2015-2013 Dai 4 anni compiuti, medi e grandi SI + 1° SE	Lunedì 16.15-17.15	Cindy Dermont-Rigolli 076/338.10.25	Fr. 80.-	23 sett.
ATTREZZISTICA NON COMPETITIVA <i>Ginnastica agli attrezzi, con musica e giochi</i> Anno nascita: 2012-2009 Da 7 anni compiuti, dalla 2° alla 5° elementare	Lunedì 17.30-18.45	Katia Gianinazzi 076/489.69.99	Fr. 80.-	23 sett.

ADULTI	Giorno e ora	Monitore responsabile	Tassa	Inizio
FIT – dai 15 anni <i>Total Body Tone</i>	Lunedì 20.30-21.30	Agata Jacobi 076/418.76.15	Fr. 200.-	9 sett.
DONNE <i>Attività di tonificazione e mobilità</i>	Venerdì 09.00-10.00	Loredana Cirila 079/442.30.88	Fr. 200.-	20 sett.

INFO

- Le attività si svolgono nella palestra delle SE di Canobbio
- L'iscrizione avviene in occasione della prima lezione presso il monitore in palestra
- In caso di forte affluenza verrà data la precedenza ai soci della SFG Canobbio, poi ai domiciliati a Canobbio e in seguito ai domiciliati fuori comune; eventualmente sarà istituita una lista d'attesa
- A dipendenza del numero di partecipanti, ai bambini di prima elementare potrebbe venir chiesto di spostarsi dal gruppo Infantile al gruppo di Attrezzistica non Competitiva (stesso giorno, orario diverso)
- Per l'utilizzo dei tappetini fitness della Società (gruppi adulti) è necessario un asciugamano personale

SETTORE COMPETITIVO

ATTREZZISTICA	Giorni e orari	Monitore responsabile	Tassa	Osservazioni
CAT. 1B*/2B/3B <i>Femminile</i> Nuove entrate 2013-2012	Martedì e Giovedì 17.30-19.30	Fiorenza Negrini 079/696.73.78	Fr. 150. -	*Pre-iscrizione obbligatoria entro il 5.9#
ATTREZZISTICA CAT. 3B/4 <i>Misto</i> Nuove entrate su convocazione	Mercoledì 17.15-19.15 Venerdì 17.30-19.30	Leila Gianinazzi 079/391.31.88	Fr. 150. -	Competizioni obbligatorie - NO Principianti
ATTREZZISTICA CAT. 5/6/7 <i>Misto</i> Nuove entrate su convocazione	Mercoledì 19.15-21.30 Venerdì 19.15-21.30	Linda Alberti 076/327.19.78	Fr. 150. - / Fr. 200.-	Competizioni obbligatorie - NO Principianti

GYMNASTIQUE	Giorni e orari	Monitore responsabile	Tassa	Osservazioni
GYMNASTIQUE DI SEZIONE <i>Ginnastica ritmica senza/con piccolo attrezzo</i> 2011-2009 2008 solo se NON principianti	Lunedì 18.45-20.15 Giovedì 19.30-20.30 Sabato all. suppl. gare	Letizia Gioia 079/924.35.33	Fr. 100. -	Inizio attività per nuove ginnaste: LU 16 settembre

INFO

- Gli allenamenti riprenderanno con l'inizio dell'anno scolastico (o secondo convocazione personale) e si svolgeranno nella palestra delle SE di Canobbio; per le nuove entrate, l'inizio dell'attività è posticipato
- Nei gruppi di attrezzistica competitiva non sono ammessi principianti (eccezione gruppo C1B*)

Per poter accedere al gruppo attrezzistica categoria 1B (solo bambine) è **OBBLIGATORIO** presenziare a due allenamenti di selezione previsti per lunedì 9 e lunedì 16 settembre, dalle 17.00 alle 18.30 nella palestra delle SE di Canobbio; pre-iscrizione obbligatoria via mail presso il segretariato entro il 5 settembre (indicare: nome, cognome, data di nascita e numero di telefono);

NB: i posti a disposizione sono limitati

CONTATTI

Sito SFG Canobbio

Segretariato

www.sfgcanobbio.ch

info@sfgcanobbio.ch

Presidente

Stefano Rigo

s.rigo@suissepromotion.ch

Segretaria

Loredana Campana

info@sfgcanobbio.ch

Resp. Tecnica

Barbara Prandi

prandibarbara@gmail.com

Linda Alberti

linda.alberti.78@gmail.com

Resp. Finanze

Patrick Bottinelli

patrick.bottinelli@gmail.com

Resp. Comunicazione

Omar Pasteris

omarluca2000@gmail.com

Relazione bancaria

Raiffeisen del Cassarate

CH54 8036 6000 0106 2187 7

TASSE SOCIALI

Bambine/i non competitivo	Fr. 80.00	Gymnastique	Fr. 100.00
Attrezzistica - fino a 16 anni	Fr. 150.00	Attrezzistica - dai 16 anni	Fr. 200.00
Adulti	Fr. 200.00		
Contribuenti – contr. inf. a	Fr. 80.00	Sostenitori – a partire da	Fr. 80.00

ESTRATTO STATUTO SOCIALE

Art. 13 Membri

Ogni socio diventa tale con il pagamento della quota sociale ed ha diritto di voto e di eleggibilità a partire dal 16° anno di età. Per i soci under 16 il diritto di voto viene conferito ad uno dei genitori.

Art. 47 Tasse

La Tassa sociale viene fissata dall'AO, su proposta del CD. L'incasso delle tasse avviene all'inizio dell'attività annuale. Queste andranno versate singolarmente da ogni partecipante.

Art. 10 Contribuenti

Sono contribuenti quelli che hanno chiesto e ottenuto l'ammissione in tale veste. Sono contribuenti coloro che versano un contributo annuo inferiore alla tassa sociale. Non hanno diritto a partecipare alle attività e alle manifestazioni in qualità di ginnasta e non hanno diritto di voto.

Art. 11 Soci sostenitori

Sono soci sostenitori quelli che versano un contributo annuo a sostegno della società superiore alla tassa sociale. Essi hanno gli stessi diritti e gli stessi doveri dei soci attivi.