

## PREZZI

ISCRIZIONE ANNUALE		€ 20,00
LEZIONE DI PROVA (da concordare sempre con la segreteria) <b>SETTEMBRE PROVE GRATUITE</b>		€ 8,00
CORSI	FREQUENZA	I° CICLO SETTEMBRE-GENNAIO
		II° CICLO FEBBRAIO-GIUGNO
BABY DANZA&GYM (3-6 anni) BABY DANZA CLASSICA (3-4 anni) PRE DANZA CLASSICA (5-6 anni) BABY GYM (5-6 anni) DANZA MODERNA 1 (5-6 anni)	1 V A SETT	€ 122.00
DANZA MODERNA BASE HIP HOP (TUTTI I GRUPPI) BREAK DANCE BASE E INTERMEDIO CLASSICO 1-2 CONTEMP. BASE	1 V A SETT	€ 143.00
	2 V A SETT	€ 225.00
	3 V A SETT	€ 274.00
<b>DANZA MODERNA 3 SCELTO</b>	<b>2 V A SETT</b>	<b>€ 225.00</b>
<b>BREAK DANCE 3 SCELTO</b> <b>DANZA MODERNA 5+6 SCELTO</b> <b>DANZA MODERNA WARM UP 6 SCELTO</b> <b>DANZA CONTEMP. INTERMEDIO SCELTO</b> <b>CLASSICO GRANDI</b>	1 V A SETT	€ 195.00
	2 V A SETT	€ 274.00
	3 V A SETT	€ 310.00
GINNASTICA ARTISTICA BASE 1 e 2	1 V A SETT	€ 143.00
<b>GINNASTICA ARTISTICA PROMO 1 e 2</b>	<b>2 V A SETT</b>	<b>€ 225.00</b>
DANZA CON LA MAMMA	1 V A SETT	€ 139.00 I CICLO OTT-GENN II CICLO FEBB-MAGG
JUDO BABY e JUDO <small>**PER JUDO Iscrizione a federazione a parte da aggiungere all'iscrizione annuale</small>	1 V A SETT	€ 99.00

### ORARI APERTURA SEGRETERIA – VIA DEL DOS N. 3 COMO

Da lunedì a venerdì dalle 8.30 alle 21.45

Sabato dalle 09.00 alle 18.00 e Domenica dalle 9.15 alle 11.45

**Telefono: 031/522483 - cell. 348/4652798**

e-mail: [segreteriaavdd@colisseum.it](mailto:segreteriaavdd@colisseum.it)

[www.colisseum.it](http://www.colisseum.it) - [www.babysplash.org](http://www.babysplash.org)

facebook: [www.facebook.com/Cooperativa.Colisseum](https://www.facebook.com/Cooperativa.Colisseum), twitter: @copcolisseum, youtube: coopcolissem



## ATTIVITÀ PALESTRA PER BAMBINI E RAGAZZI

COMO 2019/2020

**INIZIO CORSI LUNEDÌ 9 SETTEMBRE 2019**



**BABY DANZA&GYM (3-6 anni):** si prefigge di formare e migliorare le capacità di base utili per qualsiasi tipo di sport come correre, saltare, rotolare, arrampicare, lanciare, ecc. L'attività motoria si svolge attraverso giochi mirati, percorsi, attività con la musica, utilizzo di piccoli attrezzi, tutto all'insegna del gioco e del divertimento.

**DANZA CLASSICA (dai 3 anni):** il corso impegna gli allievi con diversi esercizi allo scopo di acquisire scioltezza e grazia raggiungendo un'armoniosa perfezione nei movimenti.

**DANZA MODERNA (dai 5 anni):** attività ricca di energia e disciplina. Questo corso ha la finalità di preparare i giovani allievi a ritmi musicali diversi e ad un'espressione corporea fuori dai canoni che lo studio classico impone, al fine di irrobustire il fisico, aumentare la coordinazione dei movimenti ed accrescere l'agilità del corpo.

**DANZA CONTEMPORANEA:** la danza contemporanea è il frutto dell'evoluzione della danza moderna, da cui eredita l'inclinazione alla libertà dei movimenti e l'enfasi sulle capacità espressive dei danzatori. Riservato a bambini e ragazzi che hanno già studiato danza da almeno 2 anni.

**HIP HOP (dai 6 anni):** è un genere specifico di movimento che esprime dei concetti seguendo dei tempi e delle cadenze ritmiche (rappers). Questa danza è basata sulle sue fondamenta: popping, locking, b-boying (breaking). Ma non è confinata a solo una di queste categorie.

**BREAKDANCE (dagli 8 anni):** è uno stile dinamico di danza. Il breaking è uno dei maggiori elementi della cultura hip hop, comunemente associato, anche se diverso, ad altri stili di ballo funk sviluppatisi indipendentemente a New York durante il XX secolo.

**GINNASTICA ARTISTICA (dai 5 anni):** corso di avviamento alla ginnastica artistica, rivolto a bambini/e dai 5 ai 14 anni, divisi per fasce d'età.

**JUDO (dai 4 anni):** corso dallo spiccato contenuto educativo, basato su un'antica disciplina di lotta giapponese. Rivolto a bambini/e dai 4 ai 13 anni, divisi per fasce d'età.

**DANZA CON LA MAMMA (3-6 anni):** scopri il mondo della musica e della danza con il tuo bambino, attraverso i suoni, il ritmo e il movimento.

*Per tutti i corsi di DANZA e GINNASTICA, è previsto un SAGGIO di fine anno (facoltativo), previa comunicazione scritta, per cui sarà necessario frequentare le prove e procurarsi o acquistare dei costumi di scena secondo le indicazioni delle insegnanti.*

## BABY

LUNEDÌ	MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		VENERDÌ	SABATO
	BABY DANZA CLASSICA 3-4 16.20-17.05		BABY DANZA&GYM 3-4 16.15-17.00		BABY DANZA CLASSICA 3-4 16.30-17.15	DANZA CON LA MAMMA 3-4 9.30-10.15
BABY GYM 5-6 16.30-17.15	PRE DANZA CLASSICA 5-6 17.05-17.50	JUDO BABY 4-6 16.15-17.00	BABY DANZA&GYM 5-6 17.10-17.55	DANZA MODERNA 1 5-6 16.45-17.30		DANZA CON LA MAMMA 5-6 10.15-11.00

## DANZA CLASSICA E DANZA MODERNA

<b>DANZA MODERNA 3 SCELTO</b> 16.30-17.30				CLASSICO 1 BASE 7-9 17.15-18.15	
DANZA MODERNA 3 BASE 10-12 17.30-18.30	CLASSICO 2 INTERM. 9+ 18.00-19.00	CONTEMP. BASE 11+ 18.00-19.00	DANZA MODERNA 2 BASE 7-9 17.30-18.30	CLASSICO 2 INTERM. 9+ 18.15-19.15	
DANZA MODERNA 4 BASE 13+ 19.30-20.30		<b>CONTEMP. INTERMEDIO SCELTO</b> 19.00-20.30	DANZA MODERNA 4 BASE 13+ 18.30-19.30	<b>CLASSICO GRANDI</b> 19.15-20.45	
<b>DANZA MODERNA 5+6 SCELTO</b> 14+ 18.30-20.00			<b>DANZA MODERNA 3 SCELTO</b> 19.30-20.30	<b>MODERNA WARM UP 6 SCELTO</b> 19.00-20.30	

## HIP HOP - BREAKDANCE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDI
HIP HOP 1 BASE 6-8 17.00-18.00		BREAKDANCE 1 INTERMEDIO 17.00-18.00	BREAKDANCE BASE 8+ 17.00-18.00	
HIP HOP 2 BASE 9-11 18.00-19.00		BREAKDANCE 2 INTERMEDIO 18.00-19.00		
HIP HOP 3 BASE 12+ 19.00-20.00		<b>BREAKDANCE 3 AVANZATO</b> 19.00-20.30		
<b>HIP HOP 4 INTERMEDIO 14+</b> 20.00-21.00				

## GINNASTICA ARTISTICA E JUDO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
GINN.ARTISTICA 1 BASE 7-9 17.15-18.15	JUDO 6-9 17.00-18.00			GINN.ARTISTICA 2 BASE 10+ 16.45-17.45
<b>GINN.ARTISTICA PROMO 1 (8-10) PROMO 2 (11+)</b> 18.15-19.30				<b>GINN.ARTISTICA PROMO 1 (8-10) PROMO 2 (11+)</b> 17.45-19.00

## ESTRATTO DEL REGOLAMENTO

- È **obbligatorio** presentare un **certificato medico** di buona salute con validità annuale entro l'inizio delle lezioni. In caso di patologie e particolari problematiche è sempre utile avvisare l'insegnante durante la prima lezione.
- Per l'abbigliamento e le regole di comportamento in palestra e negli spogliatoi vedere regolamento affisso. Per qualsiasi disciplina è obbligatorio l'uso dell'abbigliamento e calzature richieste. In nessun caso, comunque, nelle sale dovranno essere utilizzate le calzature usate all'esterno. Per l'abbigliamento da tenere a lezione andranno seguite le indicazioni delle insegnanti, fermo restando che ogni allievo è totalmente libero nella scelta dei luoghi d'acquisto.
- Negli spogliatoi e nell'ingresso si è invitati a sostenere il meno possibile. La Direzione non si assume alcuna responsabilità per i minori che vengono lasciati negli spazi delle lezioni al di fuori del loro orario di lezione.
- Per esibizioni competizioni si informa che costumi e trasferte sono a carico dei partecipanti. Per l'organizzazione delle competizioni e spettacoli si potrebbe richiedere agli allievi, contributi per le quote di partecipazione. In caso di iniziative individuali per esibizioni richieste al di fuori di quelle organizzate dalla cooperativa, si invita ad informare sempre la Direzione.
- La partecipazione a competizioni o ad esibizioni avverrà tramite selezione all'interno della Sezione Danza e sarà di assoluta competenza degli insegnanti decidere in base alle caratteristiche, all'impegno, alla disciplina e alle esigenze di carattere tecnico, agonistico e artistico, richiesto dagli organizzatori.
- Gli abbonamenti dei corsi di palestra bambini e danza avranno la durata di due cicli, il primo ciclo da settembre a gennaio e il secondo ciclo da febbraio a giugno. In caso di rinnovo il posto è garantito se l'iscrizione è confermata saldando la quota entro la scadenza del ciclo.
- Chi non è in regola con il pagamento dell'abbonamento, o di altro titolo valido per l'ingresso, non può accedere alle lezioni.
- In caso di rinuncia da parte dell'iscritto, non sarà restituita la quota versata, quale che sia la causa della rinuncia.
- Non è consentito fare fotografie e l'utilizzo delle telecamere se non autorizzati.
- È possibile che nell'arco della stagione possano verificarsi impreviste assenze degli insegnanti preposti ai corsi (malattia, infortuni o altro). Nei limiti del possibile si provvederà alla temporanea sostituzione. In caso di necessità la direzione potrebbe variare orari e giorni delle lezioni previo avviso agli allievi. Entrambi i casi non potranno essere legittima rinuncia ai pagamenti concordati.
- Bisogna prendere visione del regolamento completo affisso nelle segreterie. Non è possibile invocare l'ignoranza.
- Il parcheggio è incustodito, la direzione declina ogni responsabilità in merito ad eventuali danni arrecati ai veicoli.

## SOSPENSIONI LEZIONI PER FESTIVITÀ

(CORSI PALESTRA BAMBINI E RAGAZZI)

Venerdì 1 e 2 novembre 2019

Domenica 8 dicembre 2019

**Vacanze di Natale:** dal 23 dicembre al 6 gennaio 2020 (compresi)

**Vacanze di Pasqua:** dal 12 aprile al 14 aprile 2020 (compresi)

Sabato 25 aprile 2020

Venerdì 1 e Sabato 2 maggio 2020

Martedì 2 giugno 2020