

## PREZZI

ISCRIZIONE ANNUALE		20,00 euro	
LEZIONE DI PROVA (da concordare sempre con la segreteria)		8,00 euro	
<b>SETTEMBRE PROVE GRATUITE</b>			
CORSI	FREQUENZA	I CICLO (DA SETT A GENN)	
GIOCO SPORT (3-6 anni ) BABY DANZA (3-4 anni) PREDANZA CL (5-6 anni) DANZA MODERNA 1 (5-6 anni) KARATE (5-6 anni) HIP HOP BABY (5-6 anni)	1 V A SETT	135,00 euro	
DANZA MODERNA BASE DANZA CLASSICA 1 e 2 DANZA CONTEMPORANEA HIP HOP base/interm BREAK DANCE base/interm	1 V A SETT	155,00 euro	
	2 V A SETT	240,00 euro	
	3 V A SETT	290,00 euro	
DANZA MODERNA 5 INTERMEDIO HIP HOP 4 AVANZ. HIP HOP 5 AVANZ.SENIOR	1 V. A SETT	205,00 euro	
	2 V. A SETT	290,00 euro	
BREAK 3 SCELTO AVANZ. 2° volta presso la sede di Como	3 V. A SETT	325,00 euro	
KARATE BAMBINI e RAGAZZI* <small>*PER KARATE iscrizione federazione a parte di 20 euro da aggiungere all' iscrizione annuale</small>	1 V A SETT	155,00 euro	
	2 V A SETT	244,00 euro	

ALTRI CORSI		1 mese	2 mesi	3 Mes
FITNESS FOR TEEN** <i>novità</i>	2 V A SETT		90 euro	
GIOCO MOTRICITA' BABY 2-3 ANNI	1 V A SETT	48 euro	90 euro	130 euro

\*\* RECUPERI UNO AL MESE IN CASO DI ASSENZA

### INIZIO ATTIVITÀ DA LUNEDÌ 14 SETTEMBRE 2020

**PER LE ISCRIZIONI IN SEGRETERIA SARA' NECESSARIO FISSARE UN APPUNTAMENTO TELEFONICAMENTE, PER EVITARE ASSEMBRAMENTI.**

TUTTI I DOCUMENTI NECESSARI PER L' ISCRIZIONI SONO SCARICABILI DAL SITO NELLA SEZIONE "MODULISTICA E REGOLAMENTO COVID"

È GRADITO IL PAGAMENTO CON BANCOMAT O ASSEGNO

**Orario apertura segreteria - Via Ciro Menotti 27, Cantù**

Dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 22.00

Sabato dalle 8.15 alle 18.45 - Domenica dalle 9.15 alle 12.30

**Telefono: 031/4475510 Cell: 340/4935912**

Fax: 031/4490464 - Mail: [segreteria@colisseum.it](mailto:segreteria@colisseum.it)

[www.colisseum.it](http://www.colisseum.it), [www.babysplash.org](http://www.babysplash.org) [www.facebook.com/Cooperativa.Colisseum](https://www.facebook.com/Cooperativa.Colisseum)-  
[Colisseum](https://www.colisseum.it) Village Cantù-twitter: @copcolisseum - youtube: coopcolisseum



## ATTIVITÀ PALESTRA PER BAMBINI, RAGAZZI CANTÙ 2020-2021



**GIOCO SPORT (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 utilizzo di piccoli attrezzi, tutto all'insegna del gioco e del divertimento.

**BABY DANZA (dai 3-4 anni):** è la base della danza classica e moderna. Attraverso il movimento, la musica e il gioco i bambini lavoreranno sulla concentrazione, l'espressività e la postura.

**DANZA CLASSICA (dai 5 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 una 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.

**HIP HOP (dai 5 anni):** è un genere specifico di movimento che esprime dei concetti seguendo dei tempi e delle cadenze ritmiche (rappers).

**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.

**KARATE (dai 5 anni):** L'allenamento del karate è finalizzato al miglioramento della coordinazione, della preparazione fisica e della disciplina... senza dimenticare una dose di sano divertimento.

**DIVERSAMENTE DANZA:** rivolto a bambini, ragazze e giovani, **diversamente abili**, che condividono la passione per la Danza e la convinzione che il limite non sia un ostacolo, ma uno stimolo.

**FITNESS FOR TEEN (12-17 anni) *novità*:** rivolto ai ragazzi che non hanno ancora trovato lo sport adatto e per chi vuole integrare per migliorare le proprie prestazioni sportive, vario e divertente.

*Per tutti i corsi di danza, è previsto un saggio di fine anno (facoltativo), previa comunicazione, per cui sarà necessario procurarsi o acquistare dei costumi di scena secondo le indicazioni delle insegnanti.*

Settembre 2020

## ORARIO CORSI (gli orari potrebbero subire variazioni)

LUNEDI	MERCOLEDI	VENERDI
SALA 2 KARATE BABY - 5-6 ANNI 16.00-16.45		SALA 1 GIOCO SPORT - 3-5 ANNI 16.20-17.10
SALA 2 KARATE BABY - 5-6 ANNI 16.45-17.30		SALA 1 GIOCO SPORT - 5-6 ANNI 17.10-18.00
SALA 2 KARATE 1 JUNIOR - 7-9 ANNI 17.30-18.30	<b>FITNESS FOR TEEN</b> <small>SALA 1</small> <b>CIRCUIT TRAINING FOR KIDS</b> <b>18.00-18.50</b>	SALA 3 KARATE 2 YOUNG - 9-11 ANNI 19.00-20.00
SALA 2 KARATE 2 YOUNG - 9-11 ANNI 18.30-19.30		SALA 3 KARATE TEEN - 12+ ANNI 20.00-21.00
SALA 2 KARATE TEEN - 12+ ANNI 19.30-20.30		

### HIP HOP E BREAK DANCE

LUNEDI	GIOVEDI	SABATO
	SALA 2 HIP HOP BABY 5-6 ANNI 16.45-17.30	SALA 3 <b>HIP HOP 5 AVANZ. SENIOR</b> <b>2 V. A SETTIMANA</b> <b>14.30-15.45</b>
SALA 1 BREAK DANCE 1 BASE 8+ ANNI 17.00-18.00	SALA 2 HIP HOP 1 BASE 7-9 ANNI 17.30-18.30	SALA 1 HIP HOP BABY 5-6 ANNI 14.30-15.15
SALA 1 BREAK DANCE 2 INTERM. 18.00-19.00	SALA 2 HIP HOP 2 BASE 9-11 ANNI 18.30-19.30	SALA 2 HIP HOP 1 BASE 7-9 ANNI 15.15-16.15
SALA 1 <b>BREAK DANCE 3 SCELTO AVANZ.</b> <b>19.00-20.30</b>	SALA 3 <b>HIP HOP 5 AVANZ. SENIOR</b> <b>2 V. A SETTIMANA</b> <b>20.30-21.45</b>	SALA 2 <b>HIP HOP 4 INTERMEDIO</b> <b>2 V. A SETTIMANA</b> <b>19.30-20.45</b>
	SALA 2 <b>HIP HOP 4 INTERMEDIO</b> <b>2 V. A SETTIMANA</b> <b>15.45-17.00</b>	SALA 3 <b>HIP HOP 4 INTERMEDIO</b> <b>2 V. A SETTIMANA</b> <b>15.45-17.00</b>
		SALA 2 HIP HOP 3 12+ ANNI <b>MONOSETT.</b> 17.15-18.15

### IMPORTANTE

**\*Per i corsi BABY 3/4 anni, è previsto l'ingresso di un solo accompagnatore.**

Gli accompagnatori dovranno entrare in struttura con l'autodichiarazione per sè e per il minore (quindi con due moduli distinti), scaricabile sul sito. GLI ACCOMPAGNATORI NON POTRANNO SOSTARE ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA PER TUTTA LA DURATA DEL CORSO.

**\*Per i corsi dei bambini 5 anni in su, non è prevista la presenza di accompagnatori all'interno della struttura,** ad esclusione dei bambini che faranno le prove e quindi che accederanno alla struttura per la prima volta (sarà richiesta l'autodichiarazione). Eventuali necessità o situazioni particolari verranno gestite di volta in volta, Sarà necessaria l'autodichiarazione per il minore per l'ingresso in struttura scaricabile sul sito [www.colisseum.it](http://www.colisseum.it)

Il numero degli iscritti varierà a seconda della sala in cui verranno svolti i corsi nel rispetto della normativa sulla sicurezza e tutela della salute.

**PER ACCEDERE NELLE PALESTRE SARA' NECESSARIO AVERE SEMPRE CALZE ANTISCIVOLO E LE SCARPE PULITE DI RICAMBIO DA RIPORRE ALL'INTERNO DEGLI ZAINI E NEGLI APPOSITI ARMADIETTI.**

## DANZA CLASSICA E DANZA MODERN/CONTEMPORANEA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	SABATO
SALA 3 BABY DANZA CL 3-4 ANNI 15.30-16.15	SALA 1 DANZA MODERNA 1 5-6 ANNI 16.00-16.45	SALA 3 BABY DANZA CL 3-4 ANNI 16.30-17.15	SALA 3 BABY DANZA CL 3-4 ANNI 15.30-16.15	SALA 1 DANZA MODERNA 1 5-6 ANNI 16.45-17.30
SALA 3 BABY DANZA CL 3-4 ANNI 16.15-17.00	SALA 1 DANZA MODERNA 1 5-6 ANNI 16.45-17.30	SALA 2 CLASSICA 1 7-9 ANNI 17.15-18.15	SALA 3 BABY DANZA CL 3-4 ANNI 16.15-17.00	SALA 1 DANZA MODERNA 2 7-9 ANNI 17.30-18.30
SALA 3 CLASSICA 1 7-9 ANNI 17.00-18.00	SALA 1 DANZA MODERNA 2 7-9 ANNI 17.30-18.30	SALA 2 CLASSICA 2 9+ ANNI 18.15-19.15	SALA 3 PRE DANZA CL 5-6 ANNI 17.00-17.45	SALA 2 <b>DANZA MODERNA 5 INTERM. 12+ 18.30-19.45</b>
SALA 3 CLASSICA 2 9+ ANNI 18.00-19.00	SALA 1 DANZA MODERNA 4 12+ ANNI 18.30-19.30	SALA 3 DANZA MODERNA 3 9-11 ANNI 18.30-19.30		SALA 1 MOD/CONTEM. 9+ ANNI 16.45-17.45
	SALA 2 <b>DANZA MODERNA 5 INTERM. 12+ 19.30-20.45</b>			

### 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 sostare 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 o negli orari indicati dagli insegnanti per il ritiro degli allievi.
- Per esibizioni competizioni si informa che costumi e trasferite sono a carico dei partecipanti. Per l'organizzazione delle competizioni e spettacoli si potrebbe richiedere agli allievi, contribuiti 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. Non è possibile invocare l'ignoranza.
- Il parcheggio è incustodito, la direzione declina ogni responsabilità in merito ad eventuali danni arrecati ai veicoli.

### NORME IGIENICHE COVID-19

- In presenza di sintomi influenzali quali febbre, tosse o raffreddore si raccomanda di rimanere a casa. Rispettare l'orario come indicato da planning, non sono ammessi anticipi né ritardi. All'ingresso verrà misurata la temperatura corporea; se questa è superiore o uguale a 37,5° non si potrà accedere alla struttura per partecipare alle lezioni.
- Igienizzarsi le mani con una soluzione idroalcolica messa a disposizione che troverete all'ingresso.
- **L'utilizzo della mascherina è OBBLIGATORIO fino all'inizio dell'allenamento** e una volta terminato, la mascherina andrà riposta in un sacchetto apposito.
- **Obbligatorio presentarsi già cambiati ad eccezione delle scarpe** (è necessario l'utilizzo di calzature adatte per allenamento con suola pulita). Cambiarsi le scarpe nelle zone indicate, riporle insieme agli effetti personali dentro una sacchetta da lasciare nella propria postazione designata o all'interno della propria borsa, che andrà riposta nell'armadietto.
- EVITARE il contatto fisico con altre persone e MANTENERE la distanza di sicurezza raccomandata di 1 metro. Non creare assembramenti e non sostare nelle aree comuni.
- **Durante l'allenamento è necessario avere con sé un tappetino personale** (se richiesto dall'insegnante)
- Per l'intera durata dell'allenamento bisogna rimanere nel proprio spazio delineato dagli appositi segnali, nel caso di necessità informare il proprio istruttore.
- Al termine dell'allenamento, cambiarsi le scarpe negli appositi spazi e recarsi verso l'uscita indicata.
- Non è consentito l'utilizzo delle docce.
- Tutti gli effetti personali devono essere riposti all'interno delle proprie borse. **TUTTI I BAMBINI E ALLIEVI DOVRANNO AVERE UNA SACCHETTA O UNA BORSA IN CUI RIPORRE I RICAMBIO.** Sempre in caso di necessità è consentito l'utilizzo del bagno ricordandosi l'igienizzazione al termine dell'uso e di lavarsi accuratamente le mani.
- **Per partecipare alle lezioni sarà obbligatoria la prenotazione** telefonicamente o via mail presso la segreteria oltre ad essere in regola la sottoscrizione dell'abbonamento.

ARRIVARE SEMPRE 10 MINUTI PRIMA DELLA LEZIONE ED USCIRE DALLA STRUTTURA ENTRO 10 MINUTI SUCCESSIVI DELLA LEZIONE, RISPETTARE LA MASSIMA PUNTUALITÀ

**Per tutti gli accessi sarà necessario avere con sé l'AUTODICHIARAZIONE E IL REGOLAMENTO stampati, compilati e firmati per non creare ritardi sull'inizio del corso, li potete scaricare direttamente dal nostro sito**

### MATERIALE NECESSARIO

Ogni allievo dovrà avere il proprio zaino con dentro un paio di ciabatte o scarpe da danza, calze antiscivolo, scarpe da ginnastica pulite, una bottiglietta d'acqua e il necessario per la lezione.

### ABBIGLIAMENTO COMODO

Leggins e t-shirt oppure per chi lo possiede body danza+leggins.

Calze antiscivolo o scarpette danza per le lezioni di moderno, contemporaneo e classico.

Scarpe da ginnastica pulite per le lezioni di break dance e hip hop.

### DOCUMENTI NECESSARI PER L'ISCRIZIONE

Scaricabili dalla sezione Regolamento e Modulistica Covid ([www.colisseum.it](http://www.colisseum.it)):

MODULO INTEGRAZIONE REGOLAMENTO COVID  
MODULO PRIVACY

CONDIZIONI GENERALI DI VENDITA

Per effettuare l'iscrizione è necessario fissare un appuntamento telefonico presso le nostre segreterie.

Per le lezioni di prova è necessario prenotare telefonicamente.

### CHIUSURE E FESTIVITÀ

- Domenica 1 novembre
- Lunedì 7 e martedì 8 dicembre
- Festività natalizie: dal 24 dicembre al 6 gennaio compresi