

## **INFORMAZIONI GENERALI**

1) La quota di frequenza dovrà essere versata, presso la segreteria, trimestralmente o ratealmente, in base all'attività scelta, ed avrà validità a decorrere dal giorno 1 o dal 15 del mese in cui viene effettuato il pagamento.

2) Le lezioni perse per motivi personali potranno essere recuperate solo previa presentazione, presso la segreteria, di certificato medico non inferiore ai 15 giorni di malattia.

3) Durante l'anno sportivo non sono previsti periodi di vacanza o sospensioni (salvo particolari casi dei quali la segreteria o gli istruttori daranno avviso preventivamente).

4) Prima di ogni lezione, tutti gli atleti dovranno esibire al proprio istruttore il tesserino rilasciato dalla segreteria e in regola con il versamento trimestrale/rateale.

5) Gli istruttori, incaricati di verificare la validità in corso del tesserino, non potranno consentire agli atleti non in regola di prendere parte all'allenamento, se non direttamente autorizzati dalla Segreteria.

### **CORSI DI GINNASTICA PER GENITORI**

In contemporanea con le attività dei C.A.S. verranno istituiti dei corsi di ginnastica

#### **Lunedì - Mercoledì - venerdì**

dalle 17,00 alle 18,00 (T.B.W. - Body building)

#### **Martedì - Giovedì**

dalle 15,00 alle 17,00 (Body building)

**Tutti i partecipanti al Centro Addestramento 2009/10 avranno priorità d'iscrizione oltre ad usufruire di uno sconto sulla quota di partecipazione al Miniclub estate 2010**

Attività sportiva per bambini dai 6 ai 12 anni

# **C.A.S.**

Centro Addestramento Sportivo



2009 - 2010

### **COME ISCRIVERSI**

*All'atto dell'iscrizione è necessario presentare:*

- Un certificato medico per attività non agonistica
- Quota d'iscrizione €40,00
- Quota di partecipazione trimestrale/rateale ai corsi (in base al corso scelto)
- Quota Kit abbigliamento (tuta + zainetto) € 40,00

### **AGEVOLAZIONI**

#### **2 o più figli:**

Quota d'iscrizione per il secondo figlio € 30,00

### **LA SEGRETERIA**

La segreteria riceve dal lunedì al venerdì dalle 15,00 alle 18,00 Città Universitaria V.le Andrea Doria n° 6 Catania tel. 095/336327



## **CALCIO**

(Campo Città Universitaria)  
**lunedì - mercoledì - venerdì**  
dalle 16,00 alle 17,00

(scuola calcio PalaArcidiacono)  
**martedì - giovedì**  
dalle 15,30 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 90,00

## **PALLACANESTRO**

(Palestra Città Universitaria)

**lunedì - mercoledì - venerdì**  
dalle 15,00 alle 16,00  
dalle 16,00 alle 17,00  
dalle 17,00 alle 18,00  
Quota trimestrale Euro 90,00

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 16,00  
dalle 16,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 60,00

## **PALLAVOLO**

(Palacus A. Arcidiacono - tel.095/511395)

**lunedì - mercoledì - venerdì**  
dalle 15,00 alle 16,00  
dalle 16,00 alle 17,30

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 16,30  
dalle 16,30 alle 18,00  
Quota trimestrale Euro 90,00

## **GIUNASTICA RITMICA**

(Palestra Città Universitaria)

**lunedì - mercoledì - venerdì**  
dalle 15,00 alle 18,00  
Quota trimestrale Euro 90,00



## **HOCKEY**

(Campo Dusmet)

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 16,30  
Quota trimestrale Euro 90,00

## **RUGBY**

(Campo Città Universitaria)

**martedì - giovedì**  
dalle 16,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 75,00

## **PATTINAGGIO ARTISTICO**

(Palestra Città Universitaria)

**lunedì - mercoledì - venerdì (principianti)**  
dalle 15,00 alle 16,00  
dalle 16,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 90,00

**lunedì - mercoledì - venerdì (preagonismo)**  
dalle 17,00 alle 18,30  
Quota trimestrale Euro 135,00

**martedì - giovedì - sabato**  
dalle 15,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 150,00

## **ATLETICA LEGGERA**

(Pista atletica Città Universitaria)

**lunedì - mercoledì - venerdì**  
dalle 16,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 90,00

## **ARRAMPICATA**

(Palestra Città Universitaria)

**lunedì - mercoledì - venerdì (agonistica)**  
dalle 15,00 alle 17,00  
dalle 17,00 alle 19,00

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 16,30 (iniziazione 4-8 anni)  
dalle 16,30 alle 18,00 (iniziazione 9-14 anni)

Quota trimestrale Euro 90,00 +  
tessera FASI (annuale) euro15,00

# SPORTS



## **LOTTA OLIMPICA**

(Palestra Città Universitaria)

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 45,00

## **DANZA CLASSICA**

(Palacus A. Arcidiacono - tel.095/511395)

**martedì - giovedì**  
dalle 15,00 alle 16,30  
(educazione al movimento1)  
dalle 16,30 alle 18,00  
(educazione al movimento 2)  
Quota trimestrale Euro 100,00

## **HIP-HOP**

(Palacus A. Arcidiacono - tel.095/511395)

**martedì - giovedì**  
dalle 18,00 alle 19,00  
Quota trimestrale Euro 75,00

## **TENNIS**

(Campi Via S. Sofia - tel. 095/511395)

**lunedì - mercoledì - venerdì (agonistica)**  
**martedì - giovedì (principianti)**  
dalle 15,00 alle 16,00  
dalle 16,00 alle 17,00  
dalle 17,00 alle 18,00

Quota rateale (agonistica) Euro 225,00  
Quota rateale (principianti) Euro 165,00

## **SCHERMA**

(Palacus A. Arcidiacono - tel.095/511395)

Giorni ed orari da concordare con l'istruttore  
N° 2 rate da Euro 375,00

## **AIKIDO**

(Palestra Città Universitaria)

**martedì - giovedì**  
**(corso principianti)**  
dalle 15,00 alle 16,30  
**(corso avanzato)**  
dalle 16,30 alle 18,00  
Quota trimestrale Euro 150,00

## **CANOA**

(Circolo nautico CUS - Porto  
di Catania molo di levante)

**Corsi trisettimanali**  
**dal lunedì al venerdì**  
dalle 15,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 105,00

## **CANOTTAGGIO**

(Circolo nautico CUS - Porto  
di Catania molo di levante)

**Corsi trisettimanali**  
**dal lunedì al venerdì**  
dalle 15,00 alle 17,00  
Quota trimestrale Euro 105,00