



Associazione Dilettantistica

## GINNASTICA PRESCIISTICA E DI MANTENIMENTO FISICO 2024/2025

Carissimi Soci e Simpatizzanti,

lo Sci Club Monte Canin di Udine, nell'imminenza dell'inizio della nuova stagione invernale, organizza un corso di ginnastica presciistica e mantenimento fisico a partire dal 2 ottobre 2024. Il corso osserverà una cadenza delle sedute bi-settimanale nelle giornate di **lunedì** e **mercoledì**, si svolgerà dal **2 ottobre** al **18 dicembre 2024** per poi riprendere, dopo le Festività, dal **7 gennaio** al **26 febbraio 2025**.

Coach responsabile del corso sarà la Socia prof.ssa **Claudia Bertolini** e le sedute avranno luogo a **Udine** presso la **Palestra Piccola "EX ELLERO"** della Scuola Secondaria di 1° grado sita in Via Divisione Julia n. 1 dalle **ore 18.30 alle ore 19.30**.

Il corso offre le seguenti possibilità di frequenza, con quote diversificate comprensive della **tessera sociale e di assicurazione di R.C.T.:**

- 1) Corso con frequenza bisettimanale per un totale di 38 sedute: € 150,00**
- 2) Corso con frequenza 1 volta la settimana per un totale di 19 sedute: € 110,00**

La tessera sociale dello Sci Club Monte Canin A.D., oltre alla copertura assicurativa R.C.T. per l'attività, offre la possibilità di accedere ad uno sconto variabile dal 22% al 15% sull'acquisto degli ski pass giornalieri e plurigiornalieri del **comprensorio 3 Cime Dolomiti (Val Pusteria)** e di sconti sugli acquisti presso il negozio **Sportler Udine** di Via Nazionale a Tavagnacco.

L'iscrizione e il relativo pagamento del contributo si potrà effettuare direttamente in palestra in contanti a partire dal 2 ottobre o mediante bonifico cui IBAN: **IT53 L 08637 12303 0002 3049 083** intestato a Sci Club Monte Canin A.D.

**I nuovi iscritti potranno accedere ad una seduta di prova.**

**La partecipazione al corso è subordinata, sin dalla prima seduta, per questioni assicurative, alla consegna di copia del certificato medico per attività sportiva non agonistica in corso di validità e al pagamento del contributo di partecipazione; chiediamo pertanto la massima collaborazione da parte degli iscritti.**

Le seguenti strutture specialistiche propongono una scontistica particolare per lo svolgimento delle visite medico sportive per i soci partecipanti alle attività dello Sci Club:

- 1) Poliambulatorio Miclavez – Clinica della Salute** - Via Liruti, 12/2 – Udine - tel. 391 7520282;
- 2) Medicus – Centro Medico Polispecialistico** – Via Cotonificio, 92 – Pasiàn di Prato (Ud) – tel. 0432 548991 – mail: [info@centromedicus.it](mailto:info@centromedicus.it) – whatsapp 351 8207388;
- 3) Sanipro Srl – Ambulatori** – Via Tullio, 7 – Udine –tel. 0432 1597413 – mail: [ambulatori@sanipro.org](mailto:ambulatori@sanipro.org) – [sanipro@legalmail.it](mailto:sanipro@legalmail.it)

Per ulteriori informazioni sul corso di ginnastica e sulle altre attività dello Sci Club potete visitare la nostra pagina FACEBOOK oppure telefonare al numero 347 5858475 o inviare una mail a: [sciclubmontecanin@libero.it](mailto:sciclubmontecanin@libero.it)

Vi aspettiamo numerosi e a presto!

IL CONSIGLIO DIRETTIVO



Gli iscritti al Corso riceveranno un simpatico gadget offerto dal ns. partner **SPORTLER**

SCI CLUB MONTE CANIN ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA – Via Brigata Re, 29 – 33100 UDINE  
Tel/Fax 0432 508909 – cell. 347 5858475 - mail: [sciclubmontecanin@libero.it](mailto:sciclubmontecanin@libero.it) – pec: UD43@pec.it  
C.F. 01499480307 – P. IVA 02372670303 – IBAN: IT53 L 08637 12303 0002 3049 083  
Distintivo d'oro della F.I.S.I. 1996 – Cod. F.I.S.I. 00061