

Corso di
GINNASTICA METODO

YOGA

Conduce le lezioni
Josephinne

martedì - 20.30

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

X ADULTI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 - 19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



lunedì - 19.30

**iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA**

corso di

DANZA AFRICANA

X ADULTI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

**Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme**

lun / merc / ven 15:00 - 19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

NOVITA!



tecniche di allenamento

GROUPBOXING

Conduce le lezioni
Paolo Norma
ALLENATORE FEDERALE F.I.K.B

La nuova FITBOXE. Le parole d'ordine sono: divertimento, scarico delle tensioni e dello stress, allenamento, musica, marzialità. Si colpiscono i sacchi con combinazioni di pugni, calci, ginocchiate e gomitate, ispirandosi alla boxe e a tutte le arti marziali nel contesto del fitness musicale. E' un corso adatto a tutti, anche a chi non ha mai praticato questo tipo di sport. Divertimento, allenamento, sorrisi.

X ADULTI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



corso di

MINI VOLLEY

6-11 anni



insegna

Valentina

LEZIONI DI PROVA
mercoledì 25 e venerdì 27
17.00 alle 18.30

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

Corso di

DANZA CLASSICA bimb* dai 6 anni

insegnano
**Camilla Ghiretti e
Francesca Rossetti**

Lunedì ore 17.00 - 18.00

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

**iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA**

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme
lun / merc / ven 15:00 - 19:00
www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



SPORT CENTER
Punto Blu a.s.d
Monticelli Terme - Via Nenni

Corso di

POLE DANCE



Conduce le lezioni
Caterina

Venerdì ore 17.00 - 18.00

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

X ADULTI

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme
lun / merc / ven 15:00 -19:00
www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

Ideale per adulti e anziani che vogliono ritrovare un po di mobilità ed elasticità

sedute di
**RISVEGLIO
MUSCOLARE**



Conduce le lezioni
Isabel Dance



X ADULTI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



in collaborazione con
CENTER PARMA ASD



JUDO

5 / 11 anni

Judo-Giocando,
dalla psico motricità alla disciplina.



insegna
Mattia Dolci

il judo è consigliatissimo sin dai primi anni di vita, perché permette di tenere in forma il corpo, di allenare l'equilibrio, di acquisire forza e autostima, oltre essere un modo per scaricare le energie in un clima giocoso ma capace di infondere regole e re disciplina

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

VIDEO DANCE ragazz*

Conduce le lezioni

Michela Pia Magliocca

grandi Lunedì - 19.30
piccole Martedì 17.30

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



Conduce le lezioni
Isabel Dance

Corso di

DANZE **CARAIBICHE**

venerdì - 19.30

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

X ADULTI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



SPORT CENTER
Punto Blu a.s.d
Monticelli Terme - Via Nenni



Corso di **Hip Hop** **bimb* e ragazz***

Conduce le lezioni

Michela Pia Magliocca

grandi Lunedì - 18.30
piccole Martedì 18.30

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 - 19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



Conducono i mastri
Emanuele e Barbara

BALLO LISCIO

e da sala

Mazurca
Polka
Fox Trot
Tango



giovedì - 18.30

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

X ADULTI

X RAGAZZI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

**iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA**

lezioni di
MUSICAL

conduce il corso
Arianna

Il musical è un genere di rappresentazione teatrale e cinematografico, nato e sviluppatosi negli Stati Uniti d'America tra l'Ottocento e il Novecento. Un suo corrispondente in Italia è la commedia musicale, con cui condivide l'uso di più tecniche espressive e comunicative insieme. L'azione viene portata avanti sulla scena non solo dalla recitazione, ma anche dalla musica, dal canto e dalla danza che fluiscono in modo spontaneo e naturale, senza che risulti pesante o eccessivo.

X RAGAZZI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

**Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme**

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

NOVITA!

conduce le lezioni

Arianna

MODERN JAZZ

iscrizioni sempre aperte
e **PROVA GRATUITA**

Il modern jazz affonda le sue radici nella tradizione afroamericana, modellata dall'influenza europea. Nel mondo della danza accademica è oggi considerato un mix tra la tecnica, l'eleganza e il controllo del balletto e della danza moderna, e i principi della danza tradizionale afroamericana, ossia dinamismo, improvvisazione, esplorazione personale e libertà espressiva e coreografica.

X RAGAZZI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 - 19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



SPORT CENTER
Punto Blu a.s.d
Monticelli Terme - Via Nenni



NOVITA!

KICK BOXING

Conduce le lezioni il maestro
Paolo Norma
ALLENATORE FEDERALE F.I.K.B

Il kick boxing è estremamente efficace nel migliorare la forma fisica generale. Oltre a essere un eccellente allenamento cardiovascolare, aiuta a costruire forza, resistenza e flessibilità

X RAGAZZI e ADULTI

Lunedì 18.30 - 19.30
Mercoledì 19.30 - 20.30

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme
lun / merc / ven 15:00 - 19:00
www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



SPORT CENTER
Punto Blu a.s.d

Monticelli Terme - Via Nenni



BALLI DI GRUPPO *bimb**



Conduce le lezioni

Isabella Angeli (Isabel)

Giovedì ore 17.00 - 18.00

**iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA**

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 - 19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



GIOCO **3-5 anni** **DANZA**

insegnano
Camilla Ghiretti e
Francesca Rossetti

Giovedì ore 17.00 - 18.00

iscrizioni sempre aperte
e PROVA GRATUITA

X BAMBINI

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme
lun / merc / ven 15:00 - 19:00
www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



tecniche di allenamento

A.S. 2023/24

STEP- GAG

G.A.G. è l'acronimo di gambe, addominali e glutei. Ovvero le tre aree corporee della parte inferiore del corpo più soggette ad accumulare adipe. Attraverso esercizi a corpo libero e con piccoli attrezzi quali. Step, manubri, barre, cavigliere ed elastici, si lavora unicamente su questi distretti muscolari.

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



Corso di
PATTINI
IN LINEA

A.S. 2023/24

Conduce le lezioni
Elvira

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme
lun / merc / ven 15:00 -19:00
www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

CALCETTO

FEMMINILE

A.S. 2023/24



#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

Avviamento allo sport per tutte le età

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)
17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13
17.30-18.30 **Video dance** >14
17.30-18.30 **Pattini in linea** (Bgoiano)
18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa
16.30-17.30 **Balli di Gruppo**
17.00-18.30 **Minivoley** (Basilicanova)

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa
17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14
17.00-18.00 **Pole Dance**
16.30-17.30 **Minivoley** (Basilicanova)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20.30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

IN PROGRAMMAZIONE

al raggiungimento del numero minimo

pattini in linea

giocodanza

calcetto femminile

ISCRIZIONI
sempre
aperte



#quellidivianenni #nonèunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

in via Nenni, 9 (vicino alla chiesa)

Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

VUOI PROVARE?

Settimana OPEN
di prove gratuite dei corsi sportivi
per bambini ragazzi e adulti

dal 11 al 16 settembre
PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA / POSTI LIMITATI

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 Judo 5-11
17.30-18.30 Pole Dance

Martedì

16.30-17.30 Video dance 9-13
16.30-17.30 Balli di Gruppo
17.30-18.30 Video dance >14
18.30-19.30 Hip Hop 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 Danza classica 6-8 aa
16.30-17.30 Balli di Gruppo

Giovedì

16.30-17.30 Danza classica 3-5aa
17.30-18.30 Judo 5-11

Venerdì

16.00-17.00 Hip Hop 11-14
17.30-18.30 Pole Dance

Mercoledì **20** settembre

17.00-18.00 Minivolley

Martedì **19 sett.** (ore 18.30 - 19.30)

Sabato **30 sett.** (10.00-11.00)

Pattini in linea (Basilicogiano)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20.30 Balli Africani

Martedì

19.30-20.30 Balli caraibici
20.30-21.30 Yoga

Mercoledì

19.30-20.30 Total body

Giovedì

17.30-18.30 Pole Dance
18.30-19.30 Risveglio Muscolare
19.30-20.30 Zumba

In programmazione corsi di
Gioco danza, Fitboxe, Calceetto femminile..

inizio corsi 18/9
corsi sempre aperti

In ogni età e fase della vita, svolgere attività fisica con regolarità significa fare una scelta a favore della propria salute: praticata regolarmente, l'attività fisica contribuisce a mantenere e migliorare il benessere psicofisico, a ridurre i sintomi di ansia, stress, depressione e solitudine.

**VUOI
PROVARE?**

Settimana OPEN
di prove gratuite dei corsi sportivi
per bambini ragazzi e adulti

dal 11 al 16
settembre >>

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA / POSTI LIMITATI

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Tel 0521.657783

348.55.99.304

sportcenter@puntoblusport.com



corso di

ZUMBA

A.S. 2023/24

Zumba è una lezione di fitness musicale di gruppo che utilizza i ritmi e i movimenti della musica afro-caraibica, combinati con i movimenti tradizionali dell'aerobica.

Fu creata dal ballerino e coreografo Alberto "Beto" Perez alla fine degli anni novanta in Colombia

insegna
Sofia

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

#quellidivianenni
#noneunpaesedormitorio

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Per info e iscrizioni - ufficio Punto Blu
in via Nenni, 9 Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

Tel 0521.657783

348.55.99.304



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



VUOI PROVARE?



Mercoledì 20 settembre
17.00-18.00 Minivolley

Martedì 19 sett. (ore 18.30 - 19.30)
Sabato 30 sett. (10.00-11.00)
Pattini in linea (Basilicogiano)

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Tel 0521.657783

348.55.99.304

sportcenter@puntoblusport.com



**VUOI
PROVARE?**

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20.30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance Adulti**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Tel 0521.657783

348.55.99.304

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

sportcenter@puntoblusport.com



VUOI PROVARE?

**In programmazione a richieste corsi di
Gioco danza, Fitboxe, Calceetto femminile..**

***inizio corsi 18/9
corsi sempre aperti***

In ogni età e fase della vita, svolgere attività fisica con regolarità significa fare una scelta a favore della propria salute: praticata regolarmente, l'attività fisica contribuisce a mantenere e migliorare il benessere psicofisico, a ridurre i sintomi di ansia, stress, depressione e solitudine.

Tel 0521.657783

348.55.99.304

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

sportcenter@puntoblusport.com

**VUOI
PROVARE?**

Settimana OPEN
di prove gratuite dei corsi sportivi
per bambini ragazzi e adulti

prove dal 11 al 16
settembre

inizio corsi 18 settembre

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA / POSTI LIMITATI

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

Tel 0521.657783

348.55.99.304

sportcenter@puntoblusport.com



VUOI PROVARE?

prove gratuite dal 11 al 16 settembre

prenota

348.55.99.304

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11

17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13

16.30-17.30 **Balli di Gruppo**

17.30-18.30 **Video dance** >14

18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa

16.30-17.30 **Balli di Gruppo**

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa

17.30-18.30 **Judo** 5-11

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14

17.30-18.00 **Pole Dance**



VUOI PROVARE?

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20:30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance Adulti**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**



**VUOI
PROVARE?**

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20.30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance Adulti**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Tel 0521.657783

348.55.99.304

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI

sportcenter@puntoblusport.com

Avviamento allo sport per tutte le età

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)
17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13
17.30-18.30 **Video dance** >14
17.30-18.30 **Pattini in linea** (Bgoiano)
18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa
16.30-17.30 **Balli di Gruppo**
17.00-18.30 **Minivoley** (Basilicanova)

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa
17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14
17.00-18.00 **Pole Dance**
16.30-17.30 **Minivoley** (Basilicanova)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20:30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Sabato

11.30 **Pole Dance**

ISCRIZIONI
sempre
aperte

IN PROGRAMMAZIONE

al raggiungimento del numero minimo

Ginnastica Osteo Medica

Giocodanza

in via Nenni, 9 (vicino alla Chiesa)

Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com



Avviamento allo sport per tutte le età

CORSI BAMBINI

Judo

Pole Dance

Video dance

Pattini in linea

Hip Hop

Danza classica

Balli di Gruppo

Minivoley

CORSI ADULTI

Balli Africani

Balli caraibici

Yoga

Total body

Pole Dance

**Risveglio
Muscolare**

Zumba

**ISCRIZIONI
sempre
aperte**

#quellidivianenni #nonèunpaesedormitorio

in via Nenni, 9 (vicino alla Chiesa)

Monticelli Terme

lun / merc / ven 15:00 -19:00

www.puntoblusport.com

I CORSI SONO RISERVATI A SOCI E TESSERATI



CentroPuntoBlu

sportcenter@puntoblusport.com

CHE VITA è SENZA SPORT ?

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)
17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13
17.30-18.30 **Video dance** >14
17.30-18.30 **Pattini in linea** (Bgoiano)
18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa
16.30-17.30 **Balli di Gruppo**
17.00-18.30 **Minivoley** (Basilicanova)

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa
17.30-18.30 **Judo** 5-11(Basilicanova)

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14
17.00-18.00 **Pole Dance**
16.30-17.30 **Minivoley** (Basilicanova)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20:30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Sabato

11.30 **Pole Dance**

IN PROGRAMMAZIONE

al raggiungimento del numero minimo

Ginnastica Osteo-Medica

Giocodanza

Fit Boxe

ISCRIZIONI
sempre aperte
con lezioni di prova



Avviamento allo sport per tutte le età

CORSI BAMBINI

- Judo
- Pole Dance
- Video dance
- Pattini in linea
- Hip Hop
- Danza classica
- Balli di Gruppo
- Minivoley

CORSI ADULTI

- Balli Africani
- Balli caraibici
- Yoga
- Total body
- Pole Dance
- Risveglio muscolare
- Zumba

ISCRIZIONI
sempre
aperte

#quellidivianenni #nonèunpaesedormitorio

Avviamento allo sport per tutte le età

CORSI BAMBINI

- Judo
- Pole Dance
- Video dance
- Pattini in linea
- Hip Hop
- Danza classica
- Balli di Gruppo
- Minivoley

CORSI ADULTI

- Balli Africani
- Balli caraibici
- Yoga
- Total body
- Pole Dance
- Risveglio muscolare
- Zumba

ISCRIZIONI
sempre
aperte

#quellidivianenni #nonèunpaesedormitorio



CHE VITA è SENZA SPORT ?

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)
17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13
17.30-18.30 **Video dance** >14
17.30-18.30 **Pattini in linea** (Bgoiano)
18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa
16.30-17.30 **Balli di Gruppo**
17.00-18.30 **Minivoley** (Basilicanova)

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa
17.30-18.30 **Judo** 5-11(Basilicanova)

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14
17.00-18.00 **Pole Dance**
16.30-17.30 **Minivoley** (Basilicanova)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20:30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Sabato

11.30 **Pole Dance**

ISCRIZIONI
sempre aperte
con lezioni di prova

IN PROGRAMMAZIONE

al raggiungimento del numero minimo

Ginnastica Osteo-Medica

Giocodanza

Fit Boxe



CHE VITA è SENZA SPORT ?

CORSI BAMBINI

Lunedì

17.30-18.30 **Judo** 5-11 (Basilicanova)
17.30-18.30 **Pole Dance**

Martedì

16.30-17.30 **Video dance** 9-13
17.30-18.30 **Video dance** >14
17.30-18.30 **Pattini in linea** (Bgoiano)
18.30-19.30 **Hip Hop** 6-10

Mercoledì

16.30-17.30 **Danza classica** 6-8 aa
16.30-17.30 **Balli di Gruppo**
17.00-18.30 **Minivoley** (Basilicanova)

Giovedì

16.30-17.30 **Danza classica** 3-5aa
17.30-18.30 **Judo** 5-11(Basilicanova)

Venerdì

16.00-17.00 **Hip Hop** 11-14
17.00-18.00 **Pole Dance**
16.30-17.30 **Minivoley** (Basilicanova)

CORSI ADULTI

Lunedì

19.30-20:30 **Balli Africani**

Martedì

19.30-20.30 **Balli caraibici**
20.30-21.30 **Yoga**

Mercoledì

19.30-20.30 **Total body**

Giovedì

17.30-18.30 **Pole Dance**
18.30-19.30 **Risveglio Muscolare**
19.30-20.30 **Zumba**

Sabato

11.30 **Pole Dance**

ISCRIZIONI
sempre aperte
con lezioni di prova

IN PROGRAMMAZIONE

al raggiungimento del numero minimo

Ginnastica Osteo-Medica

Giocodanza

Fit Boxe

