## INFORMAZIONI...

SE VUOI AVERE INFORMAZIONI PIÙ DETTAGLIATE SUI NOSTRI CORSI PUOI:

- visitare il nostro sito **www.polisportivanovate.it**
- passare in segreteria a ritirare il depliant
- chiamare i seguenti numeri:

| | | |
|---|---|---|
| CAS (corsi di avviamento allo sport) | (Carlotta) | 340.9004575 |
| AVVIAMENTO ALL'ATLETICA | (Carlotta) | 340.9004575 |
| ATLETICA LEGGERA | (Alberto) | 338.3413576 |
| FITWALKING | (Annamaria) | 339.4164101 |
| GRUPPO PODISTI | (Francesca) | 393.3341284 |
| PALLACANESTRO \| MINIBASKET | (Myriam) | 348.0512828 |
| NUOTO/ACQUA GYM | (Laura) | 338.9337623 |
| CIRCUITO FITNESS | (Elena) | 345.8071556 |
| GINNASTICA ADULTI | (Alberto) | 338.3413576 |
| GINNASTICA ANTALGICA | (Mirella) | 339.4712640 |
| TAI CHI CHUAN & QI GONG | (Cristiano) | 339.4256107 |
| PILATES | (Mariella) | 328.7745612 |
| YOGA | (Ivano) | 338.9042006 |
| BASKIN SPORT INCLUSIVO | (Anna) | 329.2589825 |

**Se vuoi darci una mano...**

Destina il tuo **5x1000** dell'IRPEF a ***Polisportiva Novate ASD***.

- Spunta la casella *"Sostegno alle associazioni sportive dilettantistiche in possesso del riconoscimento ai fini sportivi rilasciato dal CONI a norma di legge"*
- Firma e indica il nostro codice fiscale: **970297201054**


**Polisportiva Novate ASD**
Via Bertola, 12 | 20026 Novate Milanese, MI
02.3548663 oppure 349.1552175
novateiscrizioni@gmail.com
www.polisportivanovate.it


## MANCHI SOLO TU...

# Polisportiva Novate

PROGRAMMA STAGIONE SPORTIVA 2026/27

## ...TI ASPETTIAMO!

La ***Polisportiva Novate*** è un centro permanente di vita associativa a carattere volontario e democratico, attivo dal 1965. La nostra attività si fonda sui principi di partecipazione, solidarietà e pluralismo. Siamo un'organizzazione senza scopo di lucro che opera per promuovere lo sport, il divertimento e la solidarietà, sempre con l'obiettivo di soddisfare gli interessi collettivi.

**Crediamo che lo sport sia essenziale per lo sviluppo dei valori fondamentali della nostra società, come lo spirito di gruppo, la lealtà, l'amicizia e la tolleranza.**

***Polisportiva Novate*** ti offre **corsi multidisciplinari quadrimestrali**, **da settembre a gennaio** e **da febbraio a maggio**.

**Tutti i corsi sono condotti da istruttori qualificati**, in possesso delle certificazioni rilasciate dalle Federazioni FIDAL, FIP o EPS (UISP, CSI).

* Se sei già iscritto in Polisportiva per il **BaskIn**, per te è prevista una tariffa speciale. Chiedi informazioni in segreteria o visita il nostro sito.

## CORSI PER BAMBINE/I E RAGAZZE/I

## CORSI PER ADULTI

**RICORDATI CHE PER I FRATELLI É PREVISTO UNO SCONTO!**

**Cosa devi fare e cosa serve per partecipare ai corsi?**

ADERIRE AL CORSO...

collegati al sito **www.polisportivanovate.it** oppure presentati in segreteria nella sede in **via Bertola 12** a **Novate** e prenota il tuo posto e la tua prova gratuita.

DIVENTA SOCIO E PAGA IL CORSO...

***Polisportiva*** Novate è un'***Associazione Sportiva Dilettantistica*** per poter partecipare a tutte le attività è necessario diventare soci pagando la quota di **30 euro** alla quale aggiungere il costo del corso che hai scelto, se hai più figli è previsto uno sconto.

COME PUOI PAGARE...

Tutti i pagamenti possono essere effettuati comodamente da casa tramite **bonifico bancario**, ecco le coordinate:
BENEFICIARIO: **Polisportiva Novate**
IBAN: **IT36Q0503433472000000051498**
CAUSALE: **nome e cognome del partecipante, corso, giorni e orario**.

In alternativa recandoti in segreteria nel mese di **settembre** il **martedì** e il **mercoledì mattina** dalle ore **10.00** alle ore **12.00** e il **pomeriggio dal lunedì al giovedì** dalle ore **18.15** alle ore **19.30** puoi pagare con **bancomat**, **carta di credito**, **contanti** o **assegno**.

**Ricordati che devi essere in possesso del certificato medico!**

- AGONISTICO
  (modulo di richiesta da ritirare in segreteria)
- CERTIFICATO D'IDONEITÀ ALL'ATTIVITÀ NON AGONISTICA
  Con lettura ECG emesso dal pediatra, medico di base o di medicina dello sport.

ATTENZIONE

Come da disposizione Ministeriale il certificato medico per i bambini che non hanno compiuto i 6 anni di età non è richiesto.

## CORSI PER BAMBINE/I E RAGAZZE/I

| ATTIVITÀ | ANNI | GIORNO E ORA | LUOGO | COSTI CORSO | INIZIO |
|---|---|---|---|---|---|
| CORSI DI AVVIAMENTO ALLO SPORT | 2022 \| 2021 \| 2020 | lunedì 16.15-17.00 \| 17.00-17.45<br>martedì 16.15-17.00<br>mercoledì e giovedì 16.30-17.15 | PALAZZETTO DELLO SPORT | ANNUALE:<br>monosettimanale **120€**<br>bisettimanale **210€** | 28 settembre 2026 |
| AVVIAMENTO ALL'ATLETICA LEGGERA | 2020 \| 2019 \| 2018 | martedì 17.00-18.00<br>giovedì 17.15-18.15 | PALAZZETTO DELLO SPORT E/O AREA ESTERNA RECINTATA | ANNUALE: monosettimanale **120€**<br>ANNUALE: bisettimanale **210** | 22 settembre 2026 |
| ATLETICA LEGGERA | 2017 \| 2016 ESORDIENTI | martedì e giovedì 17.30-19.00 | PISTA DI ATLETICA C/O CENTRO TORRIANI | ANNUALE:<br>bisettimanale **180€** | 1 settembre 2026 |
| | 2015 \| 2014 RAGAZZI | martedì e giovedì 17.30-19.00 | | | |
| | 2013 \| 2012 CADETTI | lunedì \| mercoledì \| venerdì 17.30-19.00 | | ANNUALE:<br>bisettimanale **200€** | 24 agosto 2026 |
| | 2011 \| 2010 ALLIEVI | lunedì \| mercoledì \| venerdì 17.30-19.00 | | | |
| | 2009 \| 2008 JUNIOR | dal lunedì al venerdì 17.30-19.00 | | | |
| PRIMOBASKET | 2023 \| 2022 \| 2021 | giovedì 17.00-18.00 | PALESTRA CORNICIONE | ANNUALE: **120€** | 8 settembre 2026 |
| SCOIATTOLI | 2019 \| 2020 | martedì 18.30-19.45 | PALAZZETTO DELLO SPORT | ANNUALE: **200€** | |
| | | giovedì 18.00-19.00 | PALESTRA CORNICIONE | | |
| AQUILOTTI | 2016 \| 2017 \| 2018 | lunedì 17.00-18.30 | TENSOSTRUTTURA | ANNUALE: **200€** | 7 settembre 2026 |
| | | mercoledì 17.00-18.30 | PALESTRA CORNICIONE | | |
| BASKET UNDER 14 | 2012 \| 2013 \| 2014 | lunedì 18.30-20.00 | TENSOSTRUTTURA | ANNUALE: **250€** | 7 settembre 2026 |
| | | mercoledì 18.30-20.00 | PALESTRA CORNICIONE | | |
| BASKET UNDER 17 | 2011/2010 | martedì 19.45-21.30 \| giovedì 18.15-20.00 | PALAZZETTO DELLO SPORT | ANNUALE: **250€** | 31 agosto 2026 |
| BASKET UNDER 19 | 2007 \| 2008 \| 2009 | lunedì 20.00-21.30 | TENSOSTRUTTURA | ANNUALE: **250€** | 31 agosto 2026 |
| | | venerdì 21.30-23.00 | PALAZZETTO DELLO SPORT | | |
| BASKIN SPORT INCLUSIVO | dai 14 anni | mercoledì 19.30-21.00 | TENSOSTRUTTURA | ANNUALE: **120€ *** | 9 settembre 2026 |
| NUOTO | dai 4 ai 14 anni | 1° turno: martedì e venerdì 17.00-18.00<br>2° turno: martedì e venerdì 18.00-19.00 | PISCINA ITC BOLLATE | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale (15 lezioni) **120€**<br>bisettimanale (30 lezioni) **200€** | 29 settembre 2026 |

## CORSI BASKET ADULTI

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| DR3 | | lunedì 20.00-21.30 | PALESTRA CORNICIONE | ANNUALE: **260€** | 7 settembre 2026 |
| | | mercoledì 20.00-21.30 | PALAZZETTO DELLO SPORT | | |
| DR4 | 2005 \| 2006 \| 2007 | martedì e venerdì 21.30-23.00 | PALAZZETTO DELLO SPORT | ANNUALE:**260€** | 1 settembre 2026 |
| OPEN CSI | | lunedì 21.30-23.00 | TENSOSTRUTTURA | ANNUALE: **260€** | 31 agosto 2026 |
| | | giovedì 20.00-21.30 | PALAZZETTO DELLO SPORT | | |
| PROMO FEMMINILE | | lunedì 21.30-23.00 | PALESTRA CORNICIONE | ANNUALE: **260€** | 7 settembre 2026 |
| | | mercoledì 21.30-23.00 | PALAZZETTO DELLO SPORT | | |

## ALTRI CORSI ADULTI

| ATTIVITÀ | GIORNO E ORA | LUOGO | COSTI CORSO | INIZIO |
|---|---|---|---|---|
| TAI CHI CHUAN QI GONG | lunedì 7.30-8.30<br>mercoledì 19.00-20.00 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **120€** \| bisettimanale **210€** | 5 ottobre |
| STEP | lunedì 19.00-20.00 | PALAZZETTO DELLO SPORT LATO SCIVOLO | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **120€**<br>bisettimanale **210€** | 14 settembre 2026 |
| TONIFICAZIONE | lunedì 20.00-21.00 \| giovedì 19.00-20.00 \| 20.00-21.00 | | | |
| AEROGAG | mercoledì 20.00-21.00 | | | |
| GINNASTICA DI MANTENIMENTO | martedì 20.00-21.00 | PALESTRA DI VIA BARANZATE | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **100€**<br>bisettimanale **170€** | 6 ottobre 2026 |
| | martedì 20.15-21.15 | PALAZZETTO DELLO SPORT LATO SCIVOLO | | |
| | giovedì 20.00-21.00 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | | |
| GINNASTICA ANTALGICA | lunedì 4 turni: 14.45 \| 15.45 \| 16.45 \| 17.45<br>mercoledì 3 turni: 16.15 \| 17.15 \| 18.15 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **120€**<br>bisettimanale **210€** | 5 ottobre 2026 |
| YOGA | MATTINA: mercoledì e venerdì 9.30-10.30 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **120€**<br>bisettimanale **210€** | 14 settembre 2026 |
| | PAUSA PRANZO: mercoledì 12.00-13.00 \| venerdì 13.00-14.00 | | | |
| | SERA: lunedì 19.00-20.00 \| 20.00-21.00<br>venerdì 18.00-19.00 \| 19.00-20.00 | | | |
| YOGA ARGENTO | MATTINA: mercoledì e venerdì 10.30-11.30 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | | 15 settembre 2026 |
| | POMERIGGIO: martedì 16.00-17.00 | | | |
| PILATES | MATTINA: martedì 9.30-10.30 \| 13.00-14.00<br>giovedì 11.00-12.00 \| 13.00-14.00 | SEDE POLISPORTIVA C/O PALAZZETTO DELLO SPORT | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale **140€**<br>bisettimanale **250€** | 22 settembre 2026 |
| | POMERIGGIO: martedì 3 turni: 18.00 \| 19.00 \| 20.00<br>giovedì 2 turni: 18.00 \| 19.00 | | | |
| PILATES DOLCE | MATTINA: martedì 10.30-11.30 \| giovedì 10.00-11.00 | | | |
| ACQUA GYM | martedì e venerdì 18.00-19.00 | PISCINA ITC BOLLATE | QUADRIMESTRALE:<br>monosettimanale (15 lezioni) **120€**<br>bisettimanale (30 lezioni) **200€** | 29 settembre 2026 |
| FITWALKING | MATTINA: giovedì 9.30-10.30 | PIAZZETTA DEL BRUCO PARCO GHEZZI | monosettimanale (5 lezioni) **40€** | 24 settembre 2026 |
| | POMERIGGIO: giovedì 18.00-19.00 | | | |
| GRUPPO PODISTI | dal lunedì al venerdì dalle 17.30 alle 20.00 | PISTA DI ATLETICA C/O CENTRO TORRIANI | ANNUALE:<br>tessera Fidal **30€ \| solo** accesso pista **40€**<br>tessera Fidal + accesso pista **60€** | 31 agosto 2026 |