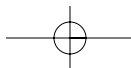


**DAL 1977  
UNA COSTANTE  
PRESENZA IN TREZZANO**



uffici:  
Casella Postale N. 10 -Via Di Vittorio  
20090 TREZZANO s/N. (MI)  
Tel. 0248401299



# ATTIVITÀ SUBACQUEA

*Immergiti nel BLU con il...*

## **CENTRO SUB TREZZANO**

Se ancora non sei un subacqueo ma desideri provare l'emozione, frequenta, divertendoti, i nostri corsi SUB a tutti i livelli, realizzati con elevata professionalità e competenza, scoprirai un mondo diverso di trascorrere le tue vacanze.

*...Allora?*

Ti aspettiamo sott'acqua, naturalmente con il

## **CENTRO SUB TREZZANO**

### **Corsi per "MINI SUB"**

per la formazione di ragazzi dai 10 ai 16 anni in poi.

### **Corsi per ADULTI:**

Corso propedeutico all'attività subacquea

Corso SUB (una stella) - (due stelle) - (tre stelle)

### **Corsi di specializzazioni:**

Immersione notturna - profonda - Salvamento subacqueo -

Rilascio brevetti internazionali - ANIS, CEDIP, Nase, Cmas.

Nell'ambito delle attività della scuola si organizzano immersioni con istruttori altamente qualificati.

Per informazioni:

**MARIO COARI - Tel. 02.94.40.875 - Cell. 339.5496946**

# CICLISMO

## **Vuoi soddisfare la voglia di libertà**

Vuoi scaricare la tensione accumulata durante la settimana?  
Vuoi misurarti con i tuoi coetanei, gareggiando su di un mezzo a due ruote che non sia uno scooter?  
Se vuoi puoi!  
Dove? Nel settore CICLISMO!

Si accettano adesioni di atleti dai 12 ai 70 anni, con la possibilità, soprattutto per i più giovani, di un futuro agonistico nelle gare dell'UDACE e della FEDERAZIONE.

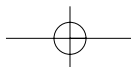
Per gli Atleti meno giovani c'è la possibilità di far parte di un gruppo che al calendario cicloturistico ne affianca uno meno sportivo, ma altrettanto gratificante, di viaggi e gite.

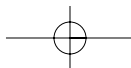
I soci del settore CICLISMO si riuniscono tutti i GIOVEDÌ dalle ore 21,30 alle ore 22,30 in via M. D'Azelio, 2 a Trezzano s/N.

Per informazioni:

**DANTE ROSSINI - Tel. 02.44.55.650**

**ANGELO GALLO - Tel. 02.44.53.916**





# CANOA (KAYAK)

**Ami la natura e la rispetti?  
Scegli la CANOA!**

L'attività viene svolta al Lago S. Novo, (strada per Zibido S.G.) e vengono praticate le specialità CANOA olimpica e CANOA POLO, sia a livello agonistico che amatoriale.

Si organizzano corsi di CANOA della durata di 8 ore e al termine gli allievi sono in grado di manovrare l'imbarcazione in acque calme.

Da Ottobre a Marzo la PREPARAZIONE ATLETICA con l'utilizzo di macchine ed attrezzi idonei, viene svolta nella palestra di Via Morona.



Per informazioni:

**MAURIZIO MAGGI - Tel. 347.2311568**

# CORSI di GINNASTICA

**Total Body Fitness  
G.A.G. - Stretching**

Martedì: 19.00 - 20.00  
Giovedì: 19.30 - 20.30

**Ginnastica dolce  
e Antalgica**

Lunedì e Mercoledì:  
18.00 - 19.00  
19.00 - 20.00

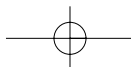
**Potenziamento muscolare  
Stretching**

Lunedì Martedì Mercoledì: 20.00 - 21.00  
Giovedì: 20.30 - 21.30



Per informazioni:

**PIER ANGELA LOSA - Tel. 02.58105889 - 02.4455269  
Cell. 3472710549**





## **CICLISMO**

Dante Rossini Tel. 02.4455650  
Angelo Gallo Tel. 02.4453916



## **CANOA**

Maurizio Maggi  
Tel. 347.2311568



## **GINNASTICA**

Pier Angela Losa  
Tel. 02.58105889 - 347.2710549



## **PALLAVOLO**

Domenico De Salvia  
Tel. 02.4453568 - 335.8399495



## **ATTIVITÀ SUBACQUEA**

Mario Coari  
Tel. 02.9440875 - 339.5496946



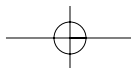
## **NUOTO AGONISTICO**

Aldo Rinaldi Tel. 339.5637493  
Sebastiano Laera - Tel. 339.8500003



## **TENNISTAVOLO**

Giampaolo Santini  
Tel. 02.4459437



# NUOTO AGONISTICO

- Sai nuotare?
- Hai un età compresa fra i 6 e i 12 anni?
- Vuoi essere parte attiva di una squadra agonistica?
- Vuoi essere un futuro probabile protagonista nel mondo del nuoto?



## VUOI SAPERE COME?

Vieni in piscina in via DI VITTORIO troverai il nostro STAFF TECNICO ad attenderti per rispondere alle tue domande.

Da Settembre dalle ore 19 alle ore 20

Per informazioni:

**ALDO RINALDI - Tel. 339.5637493**

**SEBASTIANO LAERA - Tel. 339.8500003**

# PALLAVOLO

Ormai da parecchi anni la Pallavolo è una disciplina tra le più conosciute e praticate nel mondo.

La simmetricità dei suoi fondamentali rende necessario uno sviluppo completo delle potenzialità dei giocatori per quanto riguarda la forza e la stabilità degli arti inferiori, degli arti superiori e della muscolatura del tronco, che permette alla disciplina di essere un'ottima attività fisica dei bambini.

La sua caratteristica di gioco "sociale" (è impossibile giocare da soli) e la grande carica di sano agonismo necessario per "affrontare la palla" fanno sì che sia uno sport adatto per socializzare e crescere rafforzando il carattere.

In quest'ottica di sviluppo sociale e soprattutto educativo, la sezione PALLAVOLO organizza corsi per bambini 4°, 5° elementare e 1° media (MINI VOLLEY e squadre di pallavolo per ragazze dai 13-14 anni e dai 15-16 anni).

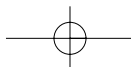
Nelle ore serali, si allena la squadra di 2° divisione femminile partecipante al campionato della Federazione (FIPAV), con ragazze aventi già un'esperienza di gioco formata, (dai 16 anni in poi).



Per informazioni:

**DOMENICO DE SALVIA - Tel. 02.44.53.568**

**Cell.335.8399495**



# TENNISTAVOLO

- HAI UN ETÀ COMPRESA TRA 6 E 100 ANNI?

- HAI MAI GIOCATO A PING PONG?



## PROVA!!

*Attività sportiva:* Palestra Turati  
via S. Angelo - Trezzano s/N.  
(vicinanze Croce Verde)  
mar - giov: 18.00 - 22.00

Per informazioni:

**GIAMPAOLO SANTINI - Tel. 02.4459437**

**FAX 178.22.38.514 -**

**E-MAIL: [tennistavolotrezzano@tiscali.it](mailto:tennistavolotrezzano@tiscali.it)**



### CONSIGLIO DIRETTIVO

<i>Presidente:</i>	Aldo Rinaldi
<i>Vice Presidente:</i>	Mauro Sabellico
<i>Segretario:</i>	Sebastiano Laera
<i>Consiglieri:</i>	Mario Coari
	Angelo Gallo
	Giampaolo Santini
	Maurizio Maggi
	Domenico De Salvia