S.G.MILANO 2000

Associazione Sportiva Dilettantistica
Sede: Via Martignoni,1/a – Milano
Tel. e Fax. 02 603288
email: randyout@virgilio.it

Stella di Argento al Merito Sportivo

federazione ginnastica d'Italia

SPORT PER TUTTI - CORSI DI PROMOZIONE SPORTIVA GIOVANILE
PROGRAMMI CENTRI DI AVVIAMENTO ALLO SPORT C.O.N.I – F.G.I.
ATTIVITA' PROMOZIONALE DI EDUCAZIONE MOTORIA E GIOCO SPORT

CATEGORIE

GIOVANISSIMI	da 3 anni (compiuti) a 5 anni
GIOVANI	da 6 a 7 anni
ALLIEVI	da 8 a 12 anni
JUNIOR	da 13 a 16 anni

ATTIVITA'

- GINNASTICA per TUTTI
- GINNASTICA ARTISTICA
- GINNASTICA RITMICA SPORTIVA
- TRAMPOLINO ELASTICO
- SPORT ACROBATICI

COSA FACCIAMO

Inizialmente l'**attività ludico motoria** è svolta in gruppi diversificati per età e capacità, negli **oltre 1000 mq** di palestra, con i relativi Istruttori che, in seguito, valuteranno e proporranno ai più meritevoli e impegnati la frequenza ai corsi più avanzati, fino alla pratica agonistica nelle varie sezioni. Tale attività è pianificata nel rispetto dei programmi della **Federazione Ginnastica d'Italia** dalle basi fino all'Alta Specializzazione, con l'obiettivo della **FORMAZIONE INDIVIDUALE** e per l'inserimento nelle rappresentative della Società Ginnastica Milano 2000.

L'attività di **Ginnastica per Tutti** comprende anche i **corsi per Adulti** (da 17 anni senza limiti di età) aperti a tutti coloro che intendono **completare e migliorare** le proprie capacità a livello psico-fisico-motorio, oltre che mantenere il miglior **stato di benessere**, per il tempo più lungo possibile, contro i danni del sedentarismo della vita moderna.
Ma non solo chi vuole avvicinarsi alle discipline della F.G.I. anche in età adulta può farlo attraverso i **corsi di Acrobatica**, propedeutici anche per altri sport e discipline che richiedono una componente acrobatica (Tuffi, snowboard, skateboard, equitazione, danza, recitazione, parcour…). In questi casi i nostri tecnici offrono una consulenza completa per programmare al meglio e in modo personalizzato l'allenamento a seconda delle esigenze.

ORARI ATTIVITA'

● Corsi di Avviamento allo Sport
3 ore settimanali, da lunedì a venerdì
ore 17,00-18,00 e sabato ore 15,00-16,00

● Corsi Avanzati
6 ore settimanali, da lunedì a venerdì
ore 17,00- 19,00 e sabato ore 15,00- 17,00

● Agonistica
allenamento giornaliero per un totale di 16 ore settimanali
(Sospensione lezioni solo mese di Agosto)

● Corsi per Adulti:
3 ore settimanali, lunedì – mercoledì – venerdì
8,30-9,30 / 9,30-10,30 / 19-20
(Sospensione lezioni solo mese di Agosto)

● Corsi "Sempre Giovani" 60 ore
2 ore settimanali martedì – giovedì
8,30-9,30 / 9,30-10,30 / 10,30-11,30 / 11,30-12,30
lunedì – mercoledì 9,30 / 10,30 (da ottobre a maggio)

Oltre 1000 mq

Attrezzature all'avanguardia

CHI SIAMO

ALLA SCOPERTA DELLA A.S.D SOCIETA' GINNASTICA MILANO 2000

Prendiamo spunto dalle vostre adesioni e siamo lieti che abbiate scelto di fare parte della nostra **Associazione Sportiva Dilettantistica non a fine di lucro**, riconosciuta dal C.O.N.I. e affiliata alla Federazione Ginnastica **dal 1969** per le quali realizziamo attività motoria e sportiva.

L'importanza dell'attività ai vari livelli, promozionale, amatoriale e agonistica, è nota a tutti e, in una civiltà sempre più sedentaria, la cura dell'efficienza del proprio corpo è diventata indispensabile.

Acquistare o riacquistare la padronanza del proprio corpo non vuol dire solo *migliorare le capacità* psico – fisico – motorie, ma a nostro avviso, significa raggiungere un livello di *salute* trasferibile in ogni attività quotidiana.

Per questo il nostro motto è:

GINNASTICA SPORT PER TUTTI

Se è vero che tutto ciò vale per qualsiasi età, non vi è dubbio che si addice specialmente all'età giovanile quando lo sviluppo è in piena evoluzione. E' per questo che la SOCIETA' GINNASTICA MILANO 2000 ha come intento inserirsi nella vita dei giovani come **attività di educazione e formazione** a completamento dell'attività scolastica.

L'attività motoria e sportiva infatti e in particolare la **GINNASTICA**, disciplina *completa e armonica*, aiutano lo sviluppo motorio; le posture, l'equilibrio statico e dinamico, il coordinamento di mente-corpo sono indispensabili per tutte le attività e utili per raggiungere l'equilibrio psico-fisico. Inoltre la pratica sportiva, ma soprattutto la GINNASTICA, necessita di *applicazione costante, attenzione, concentrazione* e perché no una certa "fatica", tutte variabili fondamentali nello sviluppo di un giovane.

La SOCIETA' GINNASTICA MILANO 2000 perciò non si propone solo come un "club" dove mantenersi in forma, ma soprattutto come **ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA**.

La Società è stata **fondata nel 1969** con i seguenti scopi:

- *Promuovere l'attività motoria e sportiva a carattere promozionale, amatoriale ed agonistico in base alle norme e regolamenti del C.O.N.I e della F.G.I.*
- *Realizzare tale attività senza perseguire fini di lucro*

Per questo è stato redatto uno Statuto e costituita la Società che si avvale di norme e regolamenti che permettono la continuità della vita associativa. Nel corso degli anni ha voluto darsi una sede propria che ha realizzato sul terreno che l'Amministrazione Comunale di Milano nel 1982 ha concesso, a riconoscimento dell'attività realizzata in favore della cittadinanza. Inoltre si è sempre preoccupata di aggiornarsi sia per quanto riguarda i *metodi d'insegnamento*, che dotandosi di *attrezzature all'avanguardia*, sempre per facilitare l'apprendimento motorio e sportivo nella *massima sicurezza in un ambiente piacevole e sano*.

Aderire alla nostra Associazione Sportiva Dilettantistica e diventarne **SOCIO** significa farsi parte attiva e proponente. Il nostro intento non è diventare un "parcheggio" per i giovani, ma con il Vostro aiuto, contribuire al loro sviluppo e, se ne avranno le qualità e la volontà, portarli alla competizione, come mezzo per il miglioramento e la gloria sportiva. Partendo da uno sviluppo armonico di base, fino ad arrivare al massimo risultato sportivo delle Olimpiadi.

In quest'ottica i Corsi sono articolati come segue:

1. Promozione motoria, formazione psico-fisica e sportiva per tutti
2. Promozionale di Ginnastica per Tutti a livello ludico-sportivo, formazione schemi motori
3. Amatoriale di Ginnastica per Tutti per il mantenimento del benessere
4. Centro Giovanile di Avviamento allo Sport, per il corretto avviamento all'attività sportiva
5. Agonistica Ordinaria e di Alta Specializzazione, per gare dal Territoriale all'Internazionale

Le quote di Associazione (i costi sono contenuti per permettere a tutti di accede ai corsi) sono rinnovabili in forma annuale oppure, per i non abbienti, nella forma da definire con il Consiglio Direttivo in base al tipo di corso e alla disciplina praticata.

I colori sociali sono: **Arancione** – **Bianco** – **Azzurro**; la divisa ufficiale è disponibile per le attività previste e per tutte le discipline sportive. RingraziandoVi anticipatamente per il Vostro contributo, confidiamo sempre nella Vostra preziosa collaborazione per continuare sempre al meglio tutte le attività che, con tanti meriti, realizziamo dal 1969.

Il Presidente Prof. Ezio Meda

La ns. Segreteria è aperta dal
Lunedì al Venerdì - ore 9.00/12.30 e 15.30/19.30

Siamo in via Martignoni 1/A – tel. 02 603288 email: randyout@virgilio.it

Siamo su Facebook con la pagina "S.G. Milano 2000"
clicca mi piace e sarai aggiornato circa tutte le nostre attività