

C.F. / P.IVA 07841770964 – sede legale e amministrativa: via Lampugnano 80, 20151 Milano
e-mail: segreteria@polisportivagaregnano.it – sito: www.polisportivagaregnano.it – tel. 02.33.49.74.85 – orari di segreteria: dal lunedì al venerdì 9.00 – 12.00 e 16.00 – 18.30

PIANO DEI CORSI E DEI CONTRIBUTI DI FREQUENZA

ATTIVITA' ISTITUZIONALE – ESERCIZIO SOCIALE 2026/2027

(approvato dal Consiglio Direttivo con Delibera n° 11/2026 del 22 APRILE 2026)

ATTIVITA' PER LA PRIMA INFANZIA

GIOCOYOGA – FAVOLANDO – PRIMI PASSI – ESPRESSIONE CORPOREA – EDUCAZIONE PSICOMOTORIA

ATTIVITA' GIOVANILI

MINIBASKET – BASKET – MINIVOLLEY – VOLLEY – GINNASTICA ARTISTICA, ACROBATICA, ACROGYM – JUDO – PARKOUR

ATTIVITA' PER RIMANERE IN FORMA

PILATES – YOGA DINAMICO – HATHA YOGA – TAI CHI CHUAN – TOTAL WORK OUT – TOTAL BODY – G.A.G. – TOTAL FIT – INTERVAL TRAINING HIIT – STEP AND TONE – ALLENAMENTO FUNZIONALE

ATTIVITA' PER LA GRANDE ETA'

GINNASTICA MASTER – GINNASTICA RIEDUCATIVA – ATTIVITA' FISICA ADATTATA – YOGA – PILATES – GINNASTICA MUSICALE

INIZIO ATTIVITA': 23 SETTEMBRE 2026 – TERMINE ATTIVITA': 29 MAGGIO 2027

(CON SOSPENSIONE DELLE ATTIVITA' COME DA CALENDARIO SCOLASTICO)

L'INIZIO DEI CORSI DI FITNESS DEDICATI AGLI ADULTI È ANTICIPATO AL 7 SETTEMBRE 2026, COSÌ COME INDICATO NELLE “NOTE SPECIFICHE” DEL RELATIVO PIANO DELLE ATTIVITA' 2026/2027

L'INIZIO DEI CORSI CONVENZIONATI CON L'ISTITUTO RICCARDO MASSA È POSTICIPATO AL 28 SETTEMBRE 2026

PER ALCUNE SQUADRE DI BASKET E VOLLEY E PER ALCUNI GRUPPI DI GINNASTICA ARTISTICA L'INIZIO DELLE ATTIVITA' È ANTICIPATO E IL TERMINE POSTICIPATO: LE DATE SPECIFICHE SONO INDICATE NEL PIANO DELLE ATTIVITA' 2026/2027

LA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA' È RISERVATA AI SOCI IN REGOLA CON IL VERSAMENTO DELLA QUOTA ASSOCIATIVA INDIVIDUALE ANNUALE DI € 25,00

(deliberata dal Consiglio Direttivo con Delibera n° 09/2026 del 22 APRILE 2026)

La Polisportiva è un'associazione sportiva dilettantistica di promozione sociale riconosciuta dal Dipartimento per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri e dal CONI, affiliata alla FIP (Federazione Italiana Pallacanestro), all'FIPAV (Federazione Italiana Pallavolo), alla FGI (Federazione Ginnastiche d'Italia), al CSI (Centro Sportivo Italiano), allo CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale), all'UISP (Unione Italiana Sport Pertutti) e all'US ACLI (Unione Italiana Associazione Cristiana Lavoratori Italiani). È iscritta al Registro Unico Nazionale del Terzo Settore.

Per potersi associare occorre condividere gli scopi statutari, impegnarsi al rispetto delle “norme per la partecipazione alle attività” e degli altri regolamenti interni (disponibili sul sito dell'Associazione), e versare l'annuale quota associativa.

La partecipazione alle attività è subordinata al versamento del contributo di frequenza (comprensivo di assicurazione RCT e contro infortuni) e, per le attività motorie e sportive, dai 6 anni, alla presentazione di una certificazione di idoneità all'attività sportiva non agonistica (nel qual caso la Polisportiva dispone di un servizio medico su appuntamento) o, in caso di discipline competitive, di una certificazione di idoneità all'attività sportiva agonistica (nel qual caso la Polisportiva rilascia un'apposita richiesta da esibire in un centro di medicina sportiva accreditato da Regione Lombardia; fino ai 18 anni la visita è gratuita).

Le attività della Polisportiva sono promosse nel rispetto del “Codice Etico per lo Sport del Comune di Milano”, della “Carta dei Valori per lo Sport Femminile del Municipio 8 del Comune di Milano” e della “Carta dei Valori e dei Principi della Polisportiva” (disponibili sul sito dell'Associazione).

La Polisportiva si è dotata del “Modello Organizzativo e di Controllo dell'Attività Sportiva e dei Codici di Condotta a Tutela dei Minori e per la Prevenzione delle Molestie, della Violenza di Genere e di Ogni altra Forma di Discriminazione” (disponibile sul sito dell'Associazione), e nominato un Responsabile in materia di Safeguarding.

La Polisportiva si avvale della collaborazione di istruttori/istruttrici con adeguata formazione trasversale e tecnica (diploma ISEF, Laurea in Scienze Motorie, attestati tecnici rilasciati dalle Federazioni e dagli Enti di Promozione di riferimento) e abilitati all'utilizzo del DAE (Defibrillatore Semiautomatico Esterno).

SEZIONE DI ATTIVITA' PALLACANESTRO

GR.	DENOMINAZIONE GRUPPO	PALESTRA	GIORNI						ORARI		CONTRIBUTI DI FREQUENZA E NOTE		
									ALLENAMENTO	PREP. ATLETICA			
161	MINIBASKET SCOIATTOLI CS B	VIA LAMPUGNANO 80		MA			VE		17.00-18.00	NO	€ 390,00		2019-2020
162	MINIBASKET SCOIATTOLI CS A			MA			VE		18.00-19.15	NO			2018
163	MINIBASKET AQUILOTTI CS	VIA LAMPUGNANO 80	LU						18.15-19.45	NO	€ 410,00		2016-2017
					ME				17.00-18.30				
164	MINIBASKET SCOIATTOLI DG B	VIA DON GNOCCHI 25	LU			GI			16.45-17.45	NO	€ 390,00	(1)	2019-2020
165	MINIBASKET SCOIATTOLI DG A		LU			GI			17.45-18.45	NO			2018
166	MINIBASKET AQUILOTTI DG	VIA DON GNOCCHI 25	LU						18.45-20.00	NO	€ 410,00		2016-2017
						GI			18.45-20.30				
167	MINIBASKET SCOIATTOLI SG	VIA SAN GIUSTO 65		MA					16.30-18.00	NO	€ 310,00	(1)	2018-2019-2020
168	MINIBASKET AQUILOTTI SG						VE						2016-2017
169	MINIBASKET ESORDIENTI FEMMINILE	VIA QUARENGHI 14		MA					18.00-19.30	NO	€ 420,00	(2)	2015-2016
		VIA NATTA 11						SA	09.30-11.00				
170	MINIBASKET ESORDIENTI BLU	VIA NATTA 11		MA					16.30-18.00	NO	€ 420,00	(2)	2015
		VIA LAMPUGNANO 80				GI		SA	09.30-11.00				
171	MINIBASKET ESORDIENTI ROSSA	VIA NATTA 11	LU						18.00-19.30	NO	€ 420,00	(2)	2015
		VIA LAMPUGNANO 80			ME			SA	16.00-17.30				
172	BASKET UNDER 13 BLU	VIA NATTA 11	LU						16.30-18.00	NO	€ 420,00	(2) (3)	2014
					ME			SA	11.00-12.30				
173	BASKET UNDER 13 ROSSA*	VIA NATTA 11		MA					18.00-19.30	NO	€ 460,00	(2) (3)	2014
		VIA OMODEO 3				GI		VE	19.30-21.00				
174	BASKET UNDER 14 FEMMINILE	VIA OMODEO 3			ME				18.00-19.30	NO	€ 460,00	(2) (3)	2013-2014
		VIA NATTA 11					VE		11.00-12.30				
175	BASKET UNDER 14 BLU	VIA NATTA 11	LU						19.30-21.00	NO	€ 460,00	(2) (3)	2013
					ME			SA	14.30-16.00				
176	BASKET UNDER 14 ROSSA*	VIA LAMPUGNANO 80		MA					19.15-20.45	19.00-19.15	€ 500,00	(2) (3) (4)	2013
		VIA NATTA 11				GI			18.15-19.45	NO			
						VE			16.30-18.00	NO			
177	BASKET UNDER 15 BLU	VIA LAMPUGNANO 80		MA					15.30-17.00	17.00-18.00	€ 500,00	(2) (3) (4)	2012
		VIA NATTA 11				GI			19.30-21.00	NO			
							SA		16.00-17.30	NO			

SEZIONE DI ATTIVITA' PALLACANESTRO

GR.	DENOMINAZIONE GRUPPO	PALESTRA	GIORNI						ORARI	PREPARAZIONE ATLETICA	CONTRIBUTI DI FREQUENZA E NOTE		
178	BASKET UNDER 15 ROSSA*	VIA LAMPUGNANO 80	LU						15.30-17.00	17.00-18.00	€ 500,00	(2)	2012
					ME				18.30-20.00	NO		(3)	
						GI			19.45-21.15	NO		(4)	
179	BASKET UNDER 16	VIA NATTA 11		MA					19.30-21.00	NO	€ 500,00	(2)	2011
		VIA LAMPUGNANO 80				GI			15.30-17.00	17.00-17.45		(3)	
							VE		19.15-20.45	NO		(4)	
180	BASKET UNDER 17 FEMMINILE	VIA LAMPUGNANO 80			ME				20.00-21.30	19.00-20.00	€ 500,00	(2)	2010-2011-2012
		VIA NATTA 11					VE		19.30-21.00	NO		(3)	
		VIA LAMPUGNANO 80						SA	14.30-16.00	NO		(4)	
181	BASKET UNDER 17*	VIA LAMPUGNANO 80	LU						19.45-21.15	19.00-19.45	€ 500,00	(2)	2010-2011
		VIA OMODEO 3			ME				19.30-21.00	NO		(3)	
		VIA LAMPUGNANO 80					VE		15.30-17.00	17.00-18.15		(4)	
182	BASKET UNDER 18	VIA NATTA 11	LU						21.00-23.00	NO	€ 520,00	(2)	2009-2010
		VIA LAMPUGNANO 80			ME				15.30-17.00	17.00-18.00		(3)	
		VIA OMODEO 3					VE		21.00-23.00	NO		(4)	
183	BASKET UNDER 19*	VIA LAMPUGNANO 80		MA					20.45-22.45	NO	€ 520,00	(2)	2007-2008-2009
						GI			21.15-23.15	20.15-21.15		(3)	
		VIA NATTA 11					VE		21.00-23.00	NO		(4)	
184	BASKET 2^ SQUADRA*	VIA OMODEO 3	LU						21.00-23.00	LA PREPARAZIONE ATLETICA E' GESTITA DURANTE GLI ALLENAMENTI	€ 520,00	(2)	SENIOR + 2008-2009
		VIA NATTA 11			ME							(3)	
						GI						(4)	
199	BASKET 1^ SQUADRA*	VIA LAMPUGNANO 80	LU						21.15-23.30	21.15-20.45		(2)	SENIOR
					ME				21.30-23.30	20.30-21.30		(3)	
							VE		20.45-22.45	NO		(4)	

NOTE GENERALI

Fino a conferma definitiva del piano delle attività i corsi programmati potrebbero subire variazioni.

Il contributo è comprensivo di assicurazione base RCT e contro infortuni inclusa nel tesseramento alle FSN e/o agli EPS di riferimento per l'attività.

Sconti per più iscritti (<18 anni) dello stesso gruppo familiare: 2° iscritto (in ordine decresc.di importo) 20 % - successivi 40 %

(*) Le iscrizioni alle squadre con asterisco (*) sono subordinate alla segnalazione dell'allenatore.

NOTE SPECIFICHE

NOTA (1) : contributo comprensivo di presa in consegna dei bambini alle ore 16.30.

NOTA (2) : il programma degli allenamenti (sia infrasettimanali sia del sabato) potrebbe subire modifiche e/o variazioni in base ai calendari delle partite di campionato e/o di particolari eventi organizzati dalla Polisportiva.

NOTA (3) : Il contributo è comprensivo della preparazione atletica dal 7 al 18 settembre 2026. Il programma degli allenamenti di preparazione atletica sarà comunicato in fase di iscrizione alle attività 2026/2027.

NOTA (4) : Il contributo è comprensivo di un allenamento settimanale aggiuntivo di preparazione fisica, integrato agli orari di allenamento ordinari, organizzato e gestito da un preparatore atletico laureato in Scienze Motorie.