



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA  
**PLANET SPORT**

# ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA **PLANET SPORT**

Sede leg.: Contrà S. Cuore, 24 - Belvedere di Tezze sul Brenta 36056 (VI)

Sede amm.: Via J. Da Ponte, 37 - Bassano del Grappa 36061 (VI)

Codice Fiscale e Partita IVA: 03273860241

Affiliata AICS (cod. circolo 27849) - CONI (matr. 31135)

Tel.: **349.2363774** | [www.planetsport.org](http://www.planetsport.org)

[info@planetsport.org](mailto:info@planetsport.org) | [facebook.com/asdplanetsport](https://facebook.com/asdplanetsport) 



## **GINNASTICA DOLCE**

La **Ginnastica Dolce** è un tipo di attività fisica motoria che coinvolge tutto il corpo, rivolta a tutti coloro che vogliono sviluppare e/o mantenere uno stato di benessere psico-fisico attraverso l'esecuzione di movimenti semplici e controllati.

### **QUANDO**

L'inizio del corso è previsto per

**LUNEDÌ 5 OTTOBRE 2020.**

I giorni di attività saranno:

**LUNEDÌ con orario 20.00 - 21.00**

**GIOVEDÌ con orario 20.00 - 21.00**

La frequenza potrà essere "bisettimanale" o "monosettimanale".

### **QUOTE**

Le quote di partecipazione saranno di

**€ 4,00 / lezione - frequenza "bisettimanale"**

con pagamenti calcolati ogni **20 lezioni**

**€ 5,00 / lezione - frequenza "monosettimanale"**

con pagamenti calcolati ogni **10 lezioni**.

## **EASY TONE**

L'**Easy Tone** è un allenamento completo, di fitness collettivo, che unisce un lavoro cardiovascolare ad un'intensa attività di tonificazione, finalizzato a bruciare grassi e rimodellare i "punti critici" del corpo.

### **QUANDO**

L'inizio del corso è previsto per

**MERCOLEDÌ 7 OTTOBRE 2020**

**con orario 19.30 - 20.30.**

### **QUOTE**

La quota di partecipazione sarà di

**€ 5,00 / lezione**

con pagamenti calcolati ogni **10 lezioni**.

PER I **NUOVI ISCRITTI** PRIMA LEZIONE **GRATIS!**

### **DOVE**

I corsi si svolgeranno a **San Pietro di Rosà**, presso l'**impianto sportivo polivalente in Via S. Pellico**, in strutture confortevoli e in un clima di serenità.

Le lezioni saranno tenute da **Tecnici Sportivi laureati in Scienze Motorie** e con esperienza nel settore, regolarmente tesserati per la nostra associazione e selezionati dalla stessa.

### **ISCRIZIONE**

È necessario compilare il modulo reperibile su [www.planetsport.org](http://www.planetsport.org) e consegnarlo alla prima lezione con il certificato medico di buona salute per l'attività sportiva non agonistica.

Inoltre verrà richiesta una quota sociale di **€ 12,00 per l'intera stagione per l'iscrizione all'associazione e il rilascio della tessera associativa**, che garantisce una copertura assicurativa in caso di infortuni.

### **INFORMAZIONI**

Tel.: **340.0554214**  
(Coordinatore corsi)

Tel.: **349.2363774**  
(Presidenza)  
dal lunedì al sabato  
ore 18.00 - 19.30

e-mail: [info@planetsport.org](mailto:info@planetsport.org)  
sito: [www.planetsport.org](http://www.planetsport.org)