

LA PALESTRA NELL'AMBIENTE 2013 IL PROGRAMMA

Dove non diversamente segnalato le iniziative sono gratuite e a libera partecipazione
Il programma e la mappa con i percorsi della salute sono scaricabili qui:
www.comune.casalecchio/sport

CORRERE PER CASALECCHIO

Centro Giovanile Blogos (via dei Mille 26)

Dal 6 marzo al 31 luglio

e dal 5 settembre al 30 ottobre

Tutti i mercoledì alle 18,45

Correre su diversi itinerari della città per circa un'ora con diversi accompagnatori che mantengono differenti ritmi di corsa per ogni esigenza e capacità.

*A cura delle Polisportive Avis, CSI, G. Masi;
da un'idea di Gianni Garbarino.*

RUGBY NEI PARCHI

Parco del Lido

Sabato 25 maggio

Dalle 15,00 alle 18,00

Riservata ai bimbi che non hanno mai praticato e che, attraverso attività collettive improntate al divertimento, muovono i primi passi sperimentando il gioco con la palla ovale.

Tutti possono partecipare, maschi e femmine, dai 6 ai 13 anni.

GINNASTICA E CANOA...EDUCAZIONE MOTORIA IN FAMIGLIA

Parco del Lido

Dal 12/6 al 24/7 e dal 21/8 al 4/9

Mercoledì dalle 18,30 alle 19,30

Prove e lezioni gratuite di canoa in acqua per bambini e, nello stesso orario, ginnastica nel Parco per i genitori. Educazione motoria abbinata per genitori e figli. A cura di Canoa Club Bologna e Polisportiva G.Masi

DISC GOLF

Parco della Chiusa

Dal 12/6 al 24/7 e dal 21/8 al 4/9

Venerdì, dalle 18,30 alle 19,30 percorso nel Parco della Chiusa

Il gioco del frisbee in un percorso itinerante in cui occorre centrare un bersaglio per proseguire.

A cura di Pol. G. Masi

NORDIC WALKING

A cura di Pol. G. Masi

Passeggiate nel parco della Chiusa (mattina)

Tutti i mercoledì dal **12/6 al 24/7 e dal 21/8 al 4/9**

Ritrovo Parco del Blogos - Dalle 9,30 alle 10,30

Saranno messi a disposizione i bastoncini fino ad esaurimento.

Passeggiate nel Parco della Chiusa (pomeriggio)

Ritrovo ore 19,15 Blogos – Via dei Mille 27

Martedì, 4/6, 11/6 dalle 19,30 alle 21,00

Saranno messi a disposizione i bastoncini fino ad esaurimento

Corso base di Nordic Walking

Martedì 4 -11 e venerdì 7-14 giugno dalle 19 alle 20,30
(riservato ai soci Masi con quota di iscrizione).

Domenica 9 giugno

Dalle 8,00 alle 12,00 - Passeggiata NW a Prati di Mugnano
Partecipazione gratuita riservata ai Soci Masi

GINNASTICA NEI PARCHI

Attività a corpo libero per tutti. L'attività è tenuta da istruttori qualificati. Non viene utilizzata musica né attrezzi, basta portare con sé un asciugamano o tappetino su cui sdraiarsi.

Prato adiacente Palestra Finco (Ceretolo)

Tutto il mese di giugno e dall'1 al 13/9 lunedì e giovedì dalle 19,00 alle 20,00.

A cura di Pol.Ceretolese

Parco centro Giovanile Blogos (Via dei Mille)

Dal 10/6 al 26/7 e dal 19/8 al 6/9

Lunedì, martedì, mercoledì, giovedì e venerdì dalle 9,30 alle 10,30.

Il mercoledì viene proposta attività di Nordic Walking. Sarà cura dell'istruttore portare i bastoncini per ogni partecipante.

A cura di Pol. G. Masi

Parco del Lido

Dal 10/6 al 26/7 e dal 19/8 al 6/9

Martedì, mercoledì, giovedì dalle 18,30 alle 19,30

A cura di Pol. G. Masi

PASSEGGIATE

Passeggiata dei sempreverdi

Giovedì 6 giugno ore 9,00 ritrovo Chiosco giornali inizio via Baracca, di fronte all'ex Municipio - passeggiata guidata itinerante lungo i Bregoli, visita alla basilica di S. Luca. Spuntino tradizionale di uova e salame autogestito. (Polisportiva Reno Groups – Ginnastica per anziani)

Passeggiate ceretolesi

Mercoledì 5-12-19-26/6 dalle 18,15 alle 20,30 Centro Sportivo Ceretolo

Passeggiate verso la collina dell'Eremo di Tizzano o la Valle del Lavino

A cura di Pol.Ceretolese

I MARTEDÌ DEL CAMMINO

A cura di Polisportiva G. Masi e Percorsi di Pace

Martedì 4 giugno

I martedì del cammino: ore 8,30 appuntamento Casa della Conoscenza

Lungo il fiume Reno fino all'Oasi di S.Gherardo

Martedì 11 giugno

I martedì del cammino: ore 8,30 appuntamento alla Casa per la pace

Villa Romita e Villa Bernaroli

Martedì 18 giugno

I martedì del cammino: ore 8,30 appuntamento alla Casa della Conoscenza

Parco della Chiusa, Montagnola di sopra, S.Luca, Meloncello

Martedì 25 giugno

I martedì del cammino: ore 8,30 Casa della Conoscenza

Marulina, Eremo di Tizzano, S.Biagio, Parco della Chiusa

GEOGAME

Sabato 21 e Domenica 22 settembre – Parco della Chiusa

Una caccia al tesoro con GPS. Vengono fornite al giocatore via mail le coordinate geografiche del punto di partenza, il Resto del Carlino ogni sabato mattina pubblica piccole indicazioni di aiuto, ed il giocatore dovrà trovare le coordinate dei punti successivi da raggiungere.

A cura di UISP Bologna

INIZIATIVE A PAGAMENTO E/O RISERVATE AI SOCI

Domenica 2/6 - Gita in pulmann sul Delta del Po con battello.

Domenica 16/6 – Gita e visita guidata alla Basilica di San Luca
Riservate ai soci pol.Ceretolese con quota di partecipazione

Domenica 19 maggio

“Pedalando in pineta” treno più bici : Cervia-Lido di Savio in bicicletta

Venerdì 13, sabato 14 e domenica 15 luglio

Fine settimana in Val Canali (Dolomiti)

Riservate ai soci Masi e Percorsi di Pace con quota di partecipazione

SPOGLIATOI E DOCCE PER RUNNER E PODISTI

A disposizione strutture e servizi per quanti vogliono utilizzarle per correre, camminare o fare ginnastica nelle aree verdi interne ed esterne agli impianti

Campo Nobile Via dello Sport dalle ore 9,30 alle ore 12,00 e dalle ore 17,00 alle ore 19,00 dal Lunedì al Sabato nei Mesi Giugno, Luglio e Agosto, usufruendo anche di due spogliatoi con docce.

Campo Veronesi Via Allende 3-5 dalle ore 9,30 alle ore 12,00 e dalle ore 17,00 alle ore 19,00 dal 1/6 al 31/8 con uso spogliatoi e docce.

Abbonamenti mensili € 15,00, per iscrizioni o informazioni Tel. 051.571103 / Tel. 337.581254 / Tel. 340.0540285.

CAMPO DI CALCIO AD USO GRATUITO

Campo S. Biagio per il gioco a 11 Via Pietro Micca – Dal 1/6 al 31/8 dal Lunedì al Sabato dalle ore 10,00 alle ore 13,00 e dalle ore 16 alle ore 19,00 (campo senza spogliatoi – Casalecchio calcio 1921).

Si consiglia contattare prima le associazioni organizzatrici per verificare la conferma di date e orari che potrebbero subire modifiche a causa delle condizioni atmosferiche.

Canoa Club Bologna 051 575354 info@canoaclubbologna.it

Percorsi di Pace 051 6132264 percorsidipace@virgilio.it

Polisportiva Ceretolese 051 6138110 polceretolese@yahoo.it

Polisportiva CSI 051 570124 – info@csicasalecchio.it

Polisportiva G.Masi – tel 051 571352 info@polmasi.it

Polisportiva Reno Groups – tel 329 2413375

Casalecchio calcio 1921 Tel. 051.571103 / Tel. 337.581254 / Tel. 340.0540285

Reno Rugby info@renorugby.it

UISP Bologna 051 6013495 comunicazione@uispbologna.it