

Presenta i corsi di:

# GINNASTICA

**GINNASTICA ARTISTICA  
FEMMINILE** | BASE - INTERMEDIO  
PREAGONISMO - AGONISMO  
**GIOGAGYM**

**NEW**

**ACROBATICA AIRTRACK ADULTI  
GYM FITNESS E PILATES**



## PARTECIPA A UNA LEZIONE DI PROVA GRATUITA

CORSI	GIORNI E ORARI	ETÀ	PALESTRA
GYOCAGYM 4-5 anni Cadore	LUN 16.45 - 17.45	Principianti 2° e 3° anno materna	Cadore
BASE BAY 4-5 anni Cadore	MER 16.45 - 17.45	2° e 3° anno materna	Cadore
BASE 1 Marconi	MER 17.00 - 18.30	Principianti scuole elementari	Marconi
BASE 2 Guastalla	GIO 16.45 - 17.45	Principianti scuole elementari	Guastalla
BASE 3 MARCONI	MAR/GIO 17.00 - 18.00	Principianti scuole elementari	Marconi
BASE Maschile	LUN/MER 17.00 - 18.00	Principianti scuole elementari	Muratori
INTERMEDIO L1 Marconi	LUN/MER 17.00 - 18.30		Marconi
INTERMEDIO L1 Guastalla	MAR/GIO 16.45 - 17.45		Guastalla
INTERMEDIO L2 A	MAR 18.00 - 20.00 GIO 18.00 - 20.00		Marconi
INTERMEDIO L2 B	MER 18.00 - 20.00 VEN 17.00 - 19.00		Muratori
INTERMEDIO L3 Allieve	MAR 18.00 - 20.00 GIO 17.00 - 20.00		Marconi Muratori
INTERMEDIO L3 Junior	MER 17.00 - 20.00 SAB 14.00 - 17.00		Muratori Guastalla
INTERMEDIO L3 Senior	MAR 14.45 - 16.45 GIO 14.45 - 17.45	Medie e superiori	Guastalla
PREAGONISMO ESORDIENTI	LUN 18.00 - 20.00 MER 18.00 - 20.00 SAB 14.00 - 17.00		Muratori Guastalla Muratori
GAF 1	MAR 17.00 - 20.00 MER 18.00 - 20.00 VEN 15.00 - 18.00 SAB 14.00 - 17.00		Muratori Guastalla Guastalla Guastalla
GAF 2	LUN 17.00 - 20.00 MER 15.00 - 18.00 VEN 17.00 - 20.00 SAB 10.00 - 13.00		Guastalla Guastalla Muratori Guastalla
GAF 3	LUN/VEN 17.00 - 20.00 MAR/GIO 17.00 - 20.00 SAB 10.00 - 13.00		Guastalla Muratori Guastalla

ATTIVITÀ ADULTI	GIORNI E ORARI	PALESTRA
Pilates	Lun e Merc 20.30-21.30	Muratori
NEW Pilates pausa pranzo	Mart 13.30-14.30	Guastalla
Acrobatica	Mart 20.30-22.00	Muratori
	Ven 20.15-21.45	Guastalla
Gym Fitness	Giov 20.30-21.30	Muratori

POSSIBILITÀ DI SCONTI E PACCHETTI PERSONALIZZATI A PARTIRE DA DUE O PIÙ CORSI FREQUENTATI

Le nostre palestre sono adeguatamente attrezzate e i nostri corsi sono tenuti da tecnici qualificati con esperienza pluriennale, in possesso di brevetto F.G.I., UISP e laurea SUISM.

I nostri corsi si svolgono presso:

### PALESTRA DELLA SCUOLA MURATORI

C.so Tortona, 41 - TORINO

### PALESTRA GUASTALLA

Via Guastalla, 24/26 - TORINO

### PALESTRA DELLA SCUOLA MARCONI

Via A.Vercellese, 10 - TORINO

### PALESTRA CADORE

C.so Cadore 20/8 - TORINO

[segreteria@arsgymnicatorino.com](mailto:segreteria@arsgymnicatorino.com)

Per informazioni ed iscrizioni :

**Tel. 3487358170**

Orari segreteria presso la palestra **GUASTALLA**

Dal 1 ottobre al 7 febbraio

Lunedì e mercoledì dalle 18.30 alle 20:00

Giovedì dalle 16.30 alle 18.00

Dall'11 febbraio: tutti i mercoledì dalle 18.30 alle 20:00

[www.arsgymnicatorino.com](http://www.arsgymnicatorino.com)

AFFILIATA



AFFILIATA



# COS'È LA GINNASTICA ARTISTICA

La ginnastica è uno sport magico, perché pare sovvertire le leggi della fisica e del movimento. È sbalorditiva e appassionante, perché si basa su combinazioni acrobatiche strabilianti che lasciano senza fiato. È una disciplina elegante e affascinante, perché dotata di una componente estetica che incanta e rapisce. **È PERFEZIONE E CONTROLLO ASSOLUTO DEL GESTO ATLETICO.** Ed è al contempo uno degli sport più completi e complessi che esistano.

La ginnastica artistica femminile prevede l'utilizzo di quattro grandi attrezzi: **LA TRAVE, IL CORPO LIBERO, IL VOLTEGGIO E LE PARALLELE ASIMMETRICHE;** la ginnastica artistica maschile invece prevede l'utilizzo di sei grandi attrezzi: corpo libero, anelli, cavallo con maniglie, volteggio, parallele pari e sbarra. Nella ginnastica femminile esistono fondamentalmente due componenti: quella tecnico-acrobatica e quella coreografico-artistica.

**PER I BAMBINI** questo è uno sport estremamente divertente e stimolante, in quanto possiede un'enorme ricchezza di schemi motori e di combinazioni di movimenti, ed è molto utile per facilitare l'acquisizione e il consolidamento di tutte le capacità motorie di base, sia condizionali, sia coordinative (forza, potenza, velocità, resistenza, equilibrio, coordinazione, flessibilità, ritmizzazione, destrezza, orientamento spazio-temporale, fantasia motoria, ecc).

# CHI SIAMO

L'associazione sportiva **"ARSGYMNICA CONCERTOSPORT"** viene fondata ufficialmente nell'ottobre 2007, ma in realtà ha una lunga storia alle spalle. Essa infatti nasce dalla scissione della polisportiva "ConCertoSport" (fondata a sua volta nel 1991), che nel settembre 2007 si separa per dar luogo a due associazioni distinte, una delle quali siamo noi. La nostra associazione è affiliata **UISP** (Unione Italiana Sport per Tutti) e **FGI** (Federazione Ginnastica d'Italia). Operiamo prevalentemente in varie scuole e palestre della Circostrizione VII.

# COSA FACCIAMO

Organizziamo corsi di ginnastica artistica femminile a tutti i livelli, dall'avviamento all'attività agonistica di alta specializzazione, e per tutte le età.

Ma non solo: organizziamo anche corsi di ginnastica artistica maschile, di giocomotricità, di ginnastica tonificante e di preacrobatica per adulti.

Possiamo vantare una "carriera" di tutto rispetto: nel corso degli anni abbiamo ottenuto **NUMEROSI RISULTATI DI PRESTIGIO IN COMPETIZIONI REGIONALI E NAZIONALI.**

Partecipiamo a gare UISP e FGI in ambito promozionale e agonistico.

Ogni anno organizziamo due saggi dimostrativi aperti al pubblico (a Natale e a fine anno sportivo), momenti ludici e ricreativi, allenamenti collegiali con altre società sportive, e nei mesi estivi avviamo progetti di **"ESTATE RAGAZZI"**.

La nostra "mission" principale è promuovere e promulgare uno sport "per tutti", che posseda anche e soprattutto valenze educative e sociali.

