



Comune di
Limone
sul Garda

ATTIVITÀ SPORTIVE ANNO 2026/2027

CORSO DI GINNASTICA POSTURALE

presso il **PALASPORT**.

A partire **da lunedì 12 ottobre**, tutti i **lunedì** ed i **venerdì** dalle **ore 16.45** alle **ore 17.45**

Corso di ginnastica dolce tenuta dal Dott. Centonze Fabrizio, adatta per favorire la riabilitazione articolare anche nelle persone della terza età.

Costo mensile: € 30,00.

Per iscrizioni e pagamento rivolgersi presso gli Uffici comunali (sig.ra Francesca) al numero: 0365954008.

AVVIAMENTO ALLO SPORT, ATTIVITA' MOTORIA DI BASE

presso il **PALASPORT**.

da martedì 06 ottobre dalle ore 14.00 alle ore 15.00

(varie attività sportive per tutti i ragazzi/e della scuola primaria e medie)

corso effettuato da Istruttori qualificati

SPIKEBALL – IL NUOVO MINI-VOLLEY

presso il **PALASPORT**.

da mercoledì 07 ottobre dalle ore 17.00 alle ore 18.00

(corso per ragazzi/e scuola primaria e medie)

Costo mensile per entrambi i corsi (martedì e mercoledì): **€ 15,00.**

Per iscrizioni e pagamento rivolgersi presso gli Uffici comunali (sig.ra Francesca) al numero: 0365954008.

CORSO DI PILATES

presso il **PALASPORT**.

da mercoledì 7 ottobre dalle ore 18.00 alle ore 19.00

Corso di pilates tenuto dall'istruttrice Genni Venturini dell'Asd Body and Mind di Riva del Garda.

Per informazioni, iscrizioni e pagamento, inviare messaggio WhatsApp al seguente numero: 3274465513, oppure inviare una mail al seguente indirizzo: associazionebodyandmind@gmail.com

CORSI DI ARRAMPICATA

presso il **PALASPORT**.

La parete di arrampicata è aperta il **lunedì** ed il **giovedì** dalle ore **18.00** alle ore **22.00**

I **corsi** sono tenuti da istruttori qualificati dalle **ore 18.00** alle **ore 19.00** per i **bambini** e dalle **ore 19.00** alle **ore 20.00** per gli **adulti**.

Per ulteriori informazioni, inviare messaggio WhatsApp al seguente numero: 3492886754.

CORSI DI YOGA

presso la **C.A.S.A. SORRISO**.

Corsi organizzati dall'ASD Società Sportiva Limonese

Lezione di prova MARTEDÌ 29 SETTEMBRE 2026.

Le lezioni regolari inizieranno da **martedì 6 ottobre**, dalle **ore 19.00** alle **ore 20.00**

Per ulteriori informazioni, contattare il seguente numero: 3804165356.

PER LE ATTIVITÀ PRESSO IL PALASPORT, LA CUI PAVIMENTAZIONE È IN PVC, È NECESSARIO INDOSSARE IDONEE SCARPE.

Ulteriori attività sportive organizzate nel corso dell'anno verranno tempestivamente comunicate.

