

Con questo opuscolo l'Amministrazione Comunale vuole portare a conoscenza dei cittadini le numerose proposte per svolgere un'attività sportiva presso gli spazi messi a disposizione dal Comune.

L'invito è a non lasciarsi sfuggire l'opportunità di fare sport, o almeno provarci!

Lo sport è, potenzialmente, un'attività che ci fa vivere meglio.

Chi fa sport è più attivo, sano, sta bene con se stesso e con gli altri.

Fare SPORT:

- è un mezzo per raggiungere il benessere fisico e mentale
- favorisce la socializzazione tra ragazzi, adulti ed anziani.

A Dresano ci sono molte opportunità per fare SPORT.

L'Amministrazione Comunale

## Ufficio Sport Cultura e tempo libero

Referente comunale:  
Clerici Miriam tel. 02.98.27.85.20  
e-mail: [protocollo@comune.dresano.mi.it](mailto:protocollo@comune.dresano.mi.it)

Molte associazioni saranno presenti il

6 ottobre 2019

alla SAGRA DI DRESANO

per dimostrazioni e informazioni



COMUNE DI DRESANO  
Città Metropolitana di Dresano

## ATTIVITA' SPORTIVE

### Anno 2019 - 2020



**“I BOSCHI DELL’ADDETTA”**  
ingresso da via dei Platani

E' un parco dove fare attività sportiva all'aria aperta con un percorso vita di 9 postazioni libere da utilizzare in qualsiasi momento della giornata.



<i>Attività</i>	<i>Orari</i>	<i>Contatti</i>	<i>Sede</i>
<b>Pilates</b>	Lunedì 18.30 - 19.30 Giovedì 18.00 - 19.00	<b>Maha Teja Yoga &amp; Pilates ASD</b> Giardinetti Letizia cell. 333.9579478 Mail: yoga.letizia@libero.it	<b>AUDITORIUM</b>
<b>Yoga</b>	Giovedì 19.00 - 20.15		
<b>Yoga Senior</b>	Lunedì 17,15 - 18,15		
<b>Yoga per Adulti</b>	Mercoledì 19.30 - 20.45	<b>Associazione Manipura</b> Valeria Cota cell. 334.1322266 Mail: valeria.vimukti@gmail.com	<b>AUDITORIUM</b>
	Mercoledì 10.15 - 11.30	Ivana Telebak cell. 3283635003	<b>CENTRO CIVICO</b>
<b>Ballo Liscio e ballo da sala</b>	Martedì e giovedì 21.00 - 23.00	<b>AUSER</b> Gina e Francesco Suppa cell. 348.0365006	<b>AUDITORIUM</b>
<b>Ginnastica dolce per anziani</b>	Lunedì e Giovedì 10.15 - 11.15	<b>AUSER</b> Mimma De Serio cell. 334.3370611	<b>AUDITORIUM</b>
<b>Basket</b>	Tutti i giorni secondo le varie categorie. Info su <a href="http://www.dresanobasket.it">www.dresanobasket.it</a> e su Fb	<b>Dresano Basket ASD</b> Mail: info@dresanobasket.it	<b>PALESTRA</b>
<b>Ginnastica</b>	Lunedì e giovedì 19.00 - 20.00	<b>GSM San Giorgio</b> tel. 02.98270277 Suppa Francesco cell. 348.0365006	<b>PALESTRA</b>
<b>Calcio</b>	Tutti i giorni secondo le varie categorie. Informazioni sulla pagina S.S. DRESANO di Fb	<b>Dresano Calcio ASD</b> Segreteria cell. 3403872095 Patrizia Calvi Mail: segreteria@dresanocalcio.com	<b>CAMPO SPORTIVO</b>
<b>Ballo di gruppo</b>	Lunedì 10.00 - 12.00	<b>AUSER</b> Mimma De Serio cell. 334.3370611	<b>SPAZIO LIBERO*</b>
<b>Baby Dance</b> <b>Danza Moderna 6-9 anni</b> <b>Danza Moderna 9-11 anni</b> <b>Zumba Kids</b> <b>Zumba Fitness</b>	Lunedì 16.15 - 17.00 Lunedì 17.00 - 17.55 Lunedì 17.55 - 18.50 Mercoledì 18.30 - 19.15 Mercoledì 19.15 - 20.15	<b>Studio Danza Gloria Ballo e fitness</b> Mail: info@studiodanzagloria.it Cell. 331.7636926	<b>SPAZIO LIBERO*</b>
<b>Musical Canto e recitazione</b>	Mercoledì 18.30 - 20.30		<b>CENTRO CIVICO</b>
<b>Tai - Chi</b>	Lunedì e giovedì 9.00 - 10.00	<b>GSM San Giorgio</b> tel. 02.98270277 Rizzi Mario cell. 335.6040625	<b>SPAZIO LIBERO*</b>
<b>Arti Marziali</b> Corso bambini dai 6 ai 12 anni Corso dai 13 anni in su	Martedì e giovedì 19.00 - 20.00 Martedì e giovedì 20.30 - 22.00	<b>Asd Van lang Vo Dao</b> Marco Paliotti cell. 338.3902115 Mail: marcopaliotti1970@gmail.com	<b>SPAZIO LIBERO*</b>

**\*SPAZIO LIBERO : Ex biblioteca sopra la palestra**