



SPORT A RANICA
STAGIONE 2022/23

CSR RANICA · ATLETICA

- **ESORDIENTI (scuola primaria)**

1ª - 2ª - 3ª Lunedì 16.30 - 18.00 e giovedì 16.30 - 18.00

4ª - 5ª Lunedì 18.00 - 19.30 e mercoledì 16.30 - 18.00

- **RAGAZZI E CADETTI (scuole medie e prima superiore)**

Martedì 14.30 - 16.00, mercoledì 18.00 - 19.30 e venerdì 18.00 - 19.30



Info e Contatti:

Erminia Tel. 334 3198258 | www.csrantica.it

IBAN: IT 32L03069 534111 000 000 02313

EDUCAZIONE.SPORT

- **PRONTI, PARTENZA... SPORT! (3-5 anni)**

Lunedì e/o mercoledì 16.15 - 17.15

- **MULTISPORT (dalla 1ª alla 5ª primaria)**

Lunedì 17.30 - 19.00 e/o mercoledì 17.15 - 18.45

Specifiche e moduli di iscrizione su www.epuntos.it



Info e Contatti:

Enrico Tel. 393 3363746 | Giorgio Tel. 349 4903082

www.epuntos.it

IBAN: IT 57B08453 111000 000 000 00624



CORSI ADULTI

- **STEP, GAG, GINNASTICA DI MANTENIMENTO, GINNASTICA VERTEBRALE, ZUMBA, PILATES**

Giorni, orari, specifiche e moduli di iscrizione su www.epuntos.it

Info e Contatti:

Alessandro Tel. 340 5957531 | www.epuntos.it

IBAN: IT 57B08453 111000 000 000 00624

ASD PALLACANESTRO RANICA

- **MINIBASKET, GIOVANILI (bambine/i e ragazze/i nati a partire dal 2017)**

Le squadre parteciperanno a trofei e campionati FIP e CSI.

- **SENIOR (Campionato di 2ª Div FIP)**

Info e Contatti:

Minibasket e giovanili | Anna Tel. 328 8247858 (telefono o WhatsApp)

Senior | Nicola Tel. 349 6766139 (ore serali 18:00-20:00)

infopallacanestroranica@gmail.com | [facebook.com/pallacanestroranica](https://www.facebook.com/pallacanestroranica)

IBAN: IT 71E05034 111210 000 000 08016



CS TENNIS RANICA

- **SCUOLA TENNIS PER RAGAZZI E RAGAZZE DA 6 A 18 ANNI**

OPENDAY sabato 17 settembre 2021 dalle 14.00 alle 17.00; INIZIO CORSI lunedì 3 ottobre 2022

Info e Contatti:

Istruttori Renato Maffeis Tel. 338 1606410 | Leonardo Maffeis Tel. 345 3007968

tennis.ranica@live.it | www.tennisanica.com



ASD RANICA CALCIO

• PER RAGAZZI E RAGAZZE NATI A PARTIRE DAL 2016

Le squadre formate parteciperanno ai campionati FIGC. Ogni categoria svolgerà due allenamenti settimanali e una partina di campionato nel fine settimana.

Info e Contatti:

Giovanni Dabbene Tel. 347 8932745 | Carlo Cavalieri Tel. 392 0266853

info@ranicacalcio.it | www.ranicacalcio.it

IBAN: IT 10C03069 534111 000 000 01576



ASD NEW VOLLEY RANICA

- MICROVOLLEY S3 LIGHT e MINIVOLLEY S3 LIGHT sabato mattina 10.30 - 12.00 (quota di iscrizione ridotta a 100,00€, no sconti famiglia)
- MICROVOLLEY e MINIVOLLEY S3 FULL (scuola primaria sia femminile che maschile)
- UNDER 12 FEMMINILE, UNDER 12 MASCHILE
- UNDER 13 / 14 FEMMINILE e UNDER 13 MASCHILE
- UNDER 16 FEMMINILE e 3ª DIVISIONE
- UNDER 18/19 FEMMINILE e 2ª DIVISIONE

Info e Contatti:

Peter Tel. 327 7663503 (ore serali o WhatsApp)

info@newvolleyranica.it | www.newvolleyranica.it

IBAN: IT 28003069 530701 000 000 02191



ARTI MARZIALI CH'AN CIEN TAO ACADEMY

Corsi per ragazzi e adulti, allenamenti con preparazione fisica di:

- KUNG FU Lunedì e giovedì 20.00 - 22.00
- TAIJIQUAN, QI GONG mercoledì 20.00 - 22.00

Info e Contatti:

Paolo Tel. 347 1560592 | 035 516582



SCUOLA SUB MANIA

- CORSO DI AVVIAMENTO PER RAGAZZI DAGLI 8 AI 14 ANNI, per imparare ad apprezzare il mondo subacqueo e a conoscere sé stessi.

Info e Contatti:

Dario Tel. 347 2161137 | scuolasubmania@libero.it | www.csrancia.it



QUOTE PER LE SEZIONI CALCIO / VOLLEY / BASKET / ATLETICA

Figli	non residenti	residenti
1	300€	270€
2	540€	480€
3	800€	684€
4	1000€	865€

Gli sconti per fratelli si applicano anche se iscritti a sport diversi (tra i 4 indicati).

ATTENZIONE

- I corsi potranno subire variazioni in considerazione del numero dei partecipanti e degli spazi disponibili;
- Per tutti i corsi (eccetto Sub Mania, Arti Marziali e Tennis) è possibile iscriversi online;
- È necessaria la visita medica: a seconda della disciplina e delle indicazioni della federazione, verrà indicata la tipologia di certificato necessario;
- È possibile partecipare ad un periodo di prova per tutte le discipline.

LO SPORT AIUTA A VIVERE MEGLIO!

Mens sana in corpore sano

Che lo sport faccia bene alla salute del corpo, della mente ed alla socialità ormai è fuori dubbio. Le ricerche scientifiche continuano ad attestare i numerosi vantaggi che la sua pratica costante, regolare, sistematica può apportare.

Lo sport, con le sue regole e occasioni sociali, può diventare, un momento importante nella quotidianità di ognuno, **un vero e proprio strumento di crescita personale e collettivo**, una scuola di vita, da cui trarre benefici importanti, utili in ambito privato, pubblico, scolastico, lavorativo, affettivo e della salute.

Lo sport è un diritto fondamentale per tutti, è vitalità, divertimento, inclusione e aggregazione. **La pratica sportiva è quindi una cosa seria!**

Il Comune è ben lieto di collaborare con il Centro Sportivo per garantire una proposta varia, praticata in sicurezza, in un ambiente sano, con personale qualificato ed invita i cittadini a partecipare numerosi !

Grazie a tutti per l'impegno costante!

Il Sindaco

Mariagrazia Vergani

SPORT A RANICA: PRESENTI!!! 🦊

Carissimi sportivi ranichesi la STAGIONE SPORTIVA 2022/2023 è alle porte e tutte le sezioni del Centro Sportivo Ranica hanno già acceso i motori! 🏃

Le ultime stagioni sono state caratterizzate da una tenace, lunga e logorante partita contro il COVID 🦠: gara direi VINTA visto che le sezioni sono ancora tutte pienamente operative! 🍌🍌🍌

L'offerta sportiva continua ad essere ampia (dai 3 ai 99 anni!), variegata (oltre 15 attività offerte) e con ottima continuità! 🦊

L'organizzazione che le sezioni del CSR hanno adottato in questi anni garantisce un buon livello tecnico ed un ottimo sfruttamento delle strutture che l'Amministrazione Comunale mette a disposizione. 🦊

UN GRAZIE DI CUORE A TUTTI I NOSTRI VOLONTARI! 🦊

BUON DIVERTIMENTO A TUTTI! 😊

IN BOCCA AL LUPO A TUTTE LE NOSTRE SQUADRE!!! 🏆🏆🏆

Asd CENTRO SPORTIVO RANICA

Giampiero Gritti

Presidente