

Gruppo Sportivo
MOLLINERA
Lumino



ALLENAMENTO GRUPPO FONDISTI

Aperto a tutti i soci sportivi, fondisti juniori e seniori GSM

Luogo Palestra comunale Lumino

Monitore Jérôme Guzzi

Giorno Martedì: 18:30 - 20:00

Inizio 18 ottobre 2016 - aprile 2017
(escluso vacanze scolastiche)

**Tassa
palestra** Giovani (fino a 20 anni) CHF 20.--
Adulti CHF 35.--

**Iscrizione
obbligat.** **Al più presto**
Telefonando allo 091/829 24 57 o
Tramite email: marzio.pronzini@bluewin.ch

Gruppo Sportivo
MOLLINERA
Lumino



GRUPPO FITNESS

Per essere sempre in forma
Musica, ritmi adatti a tutti
Ogni lezione un programma diverso

Luogo Palestra comunale Lumino

Monitrice Manuela Ippolito

Giorno Lunedì 18:30 - 20:00

Inizio 3 ottobre 2016 - aprile 2017
(escluso vacanze scolastiche)

**Tassa
palestra** Giovani (fino a 20 anni) CHF 20.--
Adulti CHF 35.--

**Iscrizione
obbligat.** Aperta a tutti i soci GSM, a partire dai 15 anni
Al più presto
telefonando allo 091/829 24 57 o via
email a marzio.pronzini@bluewin.ch



STAGIONE 2016/2017

Gruppo giovani Molinera Lynx XC-ski Team

Attività al mercoledì pomeriggio e sabato mattina

Ritrovo: Palestra comunale di Lumino
Mercoledì dalle 16:45 alle 18:15
Sabato attività esterna secondo le indicazioni
dei monitori

Inizio: attività già iniziata

Monitori: Matteo, Valentina, Giorgia, Giacomo, Etan

Iscrizioni e informazioni: telefonare a Matteo 076 450 80 26
Matteo.comet991@bluewin.ch

Eccoci nuovamente puntuali con il nuovo programma di allenamento a secco.

Alleghiamo la polizza di versamento per il pagamento della tassa sociale (CCP 65-7318-5) entro fine anno. Vi rammentiamo che, senza il vostro prezioso contributo, non sarebbe possibile mantenere viva la nostra società. Un grazie di cuore a tutti !

Tassa sociale:

Socio singolo	CHF 25.--
Famiglia (incl. figli minorenni o agli studi)	CHF 50.--
Socio sostenitore (vale anche come famiglia)	CHF 100.--