

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: 18:45 - 20:00

Inizio 6 ottobre - aprile 2016
(escluse 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 5 ottobre 2015 - aprile 2016
(escluse 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



Novità!

Gruppo giovani Molinera Lynx XC- ski Team

Gli allenamenti in palestra e all'esterno sono già iniziati.
Hanno luogo al mercoledì pomeriggio e al sabato mattina.

Ritrovo: Palestra di Lumino

Monitori: Matteo, Valentina, Giorgia, Leila, Roby, Giacomo, Etan

Iscrizioni: chi desidera partecipare può avere tutte le informazioni (prezzo, programma dettagliato, ecc.) telefonando a Matteo 076 450 80 26, matteo.comet991@bluewin.ch

www.gsmolinera.ch

STAGIONE 2015/2016

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.--