

Società ginnastica Manno

Programma di attività

2026 - 2027



I MONITORI RESPONSABILI

Infantile
Attrezzistica non competitiva
Attrezzistica competitiva
Progetto Sezione U13
Fitness e bodytone
Pallavolo

Carla Bongarzone
Nathalie Carrara e Luca Rusconi
Cristina Bronz e Andrea Bottini
Cristina Bronz
Michela Albertini
Giovanna Simona Di Costanzo

IL COMITATO

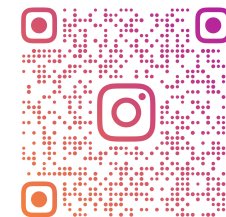
Presidente e Coach GS
Vice-presidente
Cassiera e Resp. banca dati
Segretaria
Resp. Tecnico
Resp. Manifestazioni
Resp. Marketing

Cristina Bronz
Silva Cassina
Sara Keller-Ceribelli
Catherina Sitar
Andrea Bottini
Roberta Cantarelli
Patrizia Bisazza Ranzi

Per informazioni

E-mail
Internet
Instagram

sfgmanno@gmail.com
www.sfg-manno.com



L'ATTIVITÀ PER BAMBINI – giocare in compagnia con percorsi e fantasia!

Gruppo	Orario – luogo	Condizioni	Responsabile	Inizio corso	Tassa
Ginnastica infantile	Martedì 17.00 - 18.15 Palestra SME Gravesano	Età: piccoli, medi e grandi della scuola dell'infanzia.	Carla – per informazioni Cristina 076 693 45 85	15.09.2026	90.-

LA GINNASTICA AGLI ATTREZZI – suolo, anelli, salti, sbarra, parallela

Gruppo	Orario – luogo	Condizioni	Responsabile	Inizio corso	Tassa
Attrezzistica non competitiva Gruppo non competitivo	Mercoledì 16.00 - 17.15	Età: scuola elementare.	Nathalie e Luca 078 828 36 44	23.09.2026	120.-
Attrezzistica piccoli Preparazione alle categorie 1-2 Gruppo competitivo	Lunedì 17.00 - 18.30 Venerdì 17.00 - 18.30 Presenza obbligatoria.	Dal 2020 al 2017. Le prime due settimane saranno di prova.	Cristina 076 693 45 85	31.08.2026	150.-
Attrezzistica grandi Preparazione alle categorie 3-7 Gruppo competitivo	Lunedì 18.30 - 20.30 Venerdì 18.30 - 20.30 Presenza obbligatoria.	Età: nati nel 2016 e prima Livello minimo categoria 3. Le prime due settimane saranno di prova.	Cristina 076 693 45 85	31.08.2026	180.-
Attrezzistica - allenamento per gare	Mercoledì 14.00 - 16.00	Su convocazione	Cristina	-	-
Progetto Sezione U13	Mercoledì 18.30 – 20.00 Sabato 14.00 – 16.00 * * Pala Gym Villa Luganese	Obbligatorio allenamento individuale nel gruppo competitivo	Cristina	02.09.2026	+100.-

LE ATTIVITÀ PER ADULTI

Gruppo	Orario – luogo	Condizioni	Responsabile	Inizio corso	Tassa
Fitness per tutti	Martedì 17.00 - 18.00	Misto adulti	Michela 079 478 42 53	22.09.2026	180.- (AVS 150.-)
Bodytone	Giovedì 20.30 - 21.30	Misto adulti	Michela 079 478 42 53	24.09.2026	
Pallavolo amatoriale Squadra iscritta al campionato amatoriale	Lunedì 20.45 - 22.30 Venerdì 20.45 - 22.30 Mercoledì 20.00 - 22.00 Palestra Manno e Bedano	Misto adulti	Simona 078 735 18 48	31.08.2026	

I nuovi partecipanti, prima di presentarsi in palestra, sono pregati di prendere contatto telefonico con il responsabile del corso scelto oppure di inviare un'e-mail tramite il modulo di contatto o all'indirizzo sfgmanno@gmail.com (indicando il nome del corso d'interesse) per verificare la disponibilità di posto e lasciare i dati di contatto.

Se non indicato diversamente, le attività si svolgono nella palestra delle scuole elementari di Manno.