TORNEO INTERFACOLTÀ CALCIO A 5

Venendo incontro alle richieste di molti, è stata prorogata al 28 novembre la chiusura delle iscrizioni al Torneo Interfacoltà 2009/2010 di calcio a 5 per tutti gli studenti, dipendenti e docenti dell'Ateneo di Bergamo.

Anche quest'anno molti sono coloro che aspirano a ottenere i premi in palio così distribuiti: alla prima classificata premio in buoni spesa Decathlon di Euro 500,00; alla seconda classificata Euro 300,00; alla terza classificata Euro 200,00.

PER TE: CAMMINATA DELLE SCUOLE PER L'ABRUZZO

Anche il CUS aderisce all'iniziativa degli amici dell'Istituto "Einaudi" di Dalmine, che organizza per domenica 15 novembre una manifestazione podistica internazionale a passo libero di km 6, adatta anche a portatori di handicap, il cui ricavato andrà interamente a istituzioni scolastiche abruzzesi. Info e iscrizioni presso l'Istituto Einaudi di Via Verdi a Dalmine e anche al CUS.

UNA NUOVA SOCIETÀ AFFILIATA: ASD MEDIRUN CUS BERGAMO

Il 29 ottobre scorso presso gli impianti del CUS ha avuto luogo la presentazione della nuova società "MEDIRUN CUS BERGAMO". Gli affiliati praticano l'atletica leggera, in particolare il fondo e la maratona. Per tesserarsi o chiedere informazioni relative alla neonata società in "casa CUS" potete contattare direttamente gli uffici di via Verdi a Dalmine.

NOVITÀ NELL'AREA FITNESS

Grandi novità per chi, oltre all'attività sportiva, ama il benessere e la cura del proprio corpo. Nelle strutture di Dalmine infatti sauna e bagno turco sono ora aperti ogni giorno contemporaneamente. E' quindi possibile, dopo l'allenamento o la partita, rigenerarsi con una rilassante sauna o con una seduta di bagno turco.

Inoltre è ora possibile accedere all'area fitness, non solo con abbonamento mensile o trimestrale, ma anche con tessera da 10 ingressi.

NUOVI CORSI PER TUTTI I GUSTI PRESSO LA SALA CORSI:

Difesa Personale

Tutti i mercoledì sera dalle 20:30 alle 21:30 si svolgono lezioni di Difesa Personale condotti da un istruttore cintura nera di Karate. Il costo del corso è compreso nell'abbonamento al centro fitness oppure è possibile frequentare il singolo corso al costo di 30 euro.

Kickboxing

Ogni martedì e venerdì sera dalle 20:00 alle 21:00 si svolge il nuovo corso di Kickboxing. Il costo per la partecipazione non è compreso nell'abbonamento fitness ed è di euro 30,00. Per la prenotazione potete rivolgervi alla reception al momento della stipula della tessera associativa di 5 euro. Per ogni informazione relativa al costo e alla modalità di svolgimento potete contattare l'istruttore al n. 335 5978537.

Spinning

Ogni lunedì e giovedì sera dalle 20:00 alle 21:00 è possibile partecipare al corso di Spinning. Il costo del corso può essere compreso nell'abbonamento mensile o trimestrale fitness. In alternativa è possibile stipulare un abbonamento per il singolo corso di spinning con le seguenti tariffe: Euro 60,00 x 10 lezioni - Euro 108,00 x 20 lezioni.