



# GiornaLame

SETTEMBRE 2017



## La stagione del rinnovamento

di Oriente Giuliani\*

Rieccoci! Dopo un'estate come sempre ricca di eventi, l'anno sportivo si apre, come di consueto, con il "Prova lo Sport". Dal 18 settembre a fine mese, gratuitamente, l'intera cittadinanza potrà provare le nostre attività e scegliere - bambini, adolescenti, adulti, over - quella più confacente e di soddisfazione. Ad ottobre ripartiranno ufficialmente le attività e i corsi: vi invitiamo, già da ora, a venire in Polisportiva per le iscrizioni.

Una più alta qualità dei servizi messi a disposizione delle società, delle famiglie e degli atleti, e risposte più efficienti e funzionali rispetto alle nuove sfide legate alla gestione degli impianti, sono alla base di un nuovo modello organizzativo che stiamo predisponendo. Un'offerta sportiva all'altezza delle aspettative, a partire dal Centro Vasco de Gama per allargarsi a tutti gli impianti in gestione nel Quartiere alla Polisportiva Lame, ci impone infatti una necessaria innovazione nei modelli di organizzazione. In concreto, oltre a valorizzare le tante, qualificate professionalità ed esperienze presenti nel nostro



Consiglio Direttivo e tra i soci, si formerà un vero e proprio "pool di gestione" per esaltare e promuovere le competenze che tanti giovani istruttori, allenatori, atleti stanno maturando, sia sotto l'aspetto sportivo che di direzione, e che metteranno al servizio della Polisportiva.

Non sarà una stagione facile anche perché gli ostacoli sono numerosi: le difficoltà del mondo dello sport, anche di quello dilettantistico, sono note e toccano tutti; burocratiche, economiche, organizzative, di rapporti e di personale. Con amarezza stiamo constatando che tutto l'impegno messo in campo come volontari in questi anni per promuovere lo sport per tutti, la socializzazione, le opportunità per giovani e adulti, per rispondere a

domande vere delle famiglie, è tenuto in sempre minore considerazione.

Ma ci rimbocchiamo le maniche e andiamo avanti. Chiedendo a tutti voi una vicinanza ancora maggiore, una più ampia partecipazione alle attività e sempre più qualificati contributi di idee. Per poter affrontare e sostenere impegni così gravosi non è però sufficiente l'impegno quotidiano che ciascuno di noi mette a disposizione della Polisportiva; ci troviamo così costretti a un adeguamento, seppur minimo, delle tariffe, che pure erano ferme da diversi anni. Siamo sicuri che sarete al nostro fianco, ancora una volta, e ci sosterrete in questa difficile sfida umana e sportiva.

*\*Presidente Polisportiva Lame*

### ALL'INTERNO

- **Prova lo Sport** > pag. 2-3
- **I Corsi 2017-18** > pag. 4-5
- **Polisportiva in campo** > pag. 6-7
- **Attività adulti e over** > pag. 8
- **Farmacia Cooperativa** > pag. 8



# PROVA LO SPORT

2017



gratis lo sport che preferisci

## POLISPORTIVA LAME

ti aspettiamo!

Dal 18 al 29 settembre  
per provare gratis  
tutte le discipline  
della Polisportiva  
Lame in via Vasco de  
Gama 20 a Bologna.

### BASKET

- Baby basket (3-6 anni)  
lunedì e mercoledì h 17-18,30  
*Palestra Vasco de Gama*
- Minibasket (7-11 anni)  
lunedì e mercoledì h 17-18,30  
*Palestra Salvo D'Acquisto*
- Basket senior maschile  
martedì e venerdì h 21,30-23  
*Palestra Rosa Luxemburg*
- Basket senior femminile  
lunedì h 20-21,30  
*Palestra Salvo D'Acquisto*  
mercoledì h 20-21,30  
*Palestra Rosa Luxemburg*

### CALCIO

- Cinni (nati nel 2011/12)  
martedì e giovedì h 17-18,30
- Monelli 1° anno (nati nel 2010)  
lunedì e mercoledì h 17,30-19
- Monelli 2° anno (nati nel 2009)  
mercoledì e venerdì h 17-18,30
- Boys 1° anno (nati nel 2008)  
martedì e giovedì h 17,30-19
- Boys 2° anno (nati nel 2007)  
mercoledì e venerdì h 17,30-19  
*Centro sportivo Vasco de Gama*
- Esordienti figc (nati nel 2006)  
mercoledì e venerdì h 17-18,30
- Esordienti figc (nati nel 2005/06)  
mercoledì e venerdì h 17-18,30
- Giovanissimi figc (nati nel 2004)  
martedì e giovedì h 17-18,30
- Allievi figc (nati nel 2002/03)  
lunedì, mercoledì e venerdì h 18,30-20  
*Centro sportivo Pizzoli*

### DANZA

- Avviamento alla danza (3-5 anni)  
martedì h 18-19
- Break dance (tutte le età)  
martedì h 19-20
- Propedeutico (scuole elementari)  
mercoledì e venerdì h 17-18
- Intermedio e avanzato  
(scuole medie e superiori)  
mercoledì e venerdì h 18-19  
*Palestra Malpighi*

### JUDO

- martedì e giovedì h 17-18  
*Palestra Pizzoli*

### GINNASTICA ARTISTICA

- 1° Turno (da ultimo anno materna a 3a elementare)  
lunedì h 17-18
- 2° Turno (da 4a elementare in su)  
lunedì h 18-19
- 1° Turno e gioco ginnastica (da ultimo anno materna a 3a elementare e 3-4 anni)  
giovedì h 17-18
- 2° Turno (da 4a elementare in su)  
giovedì 18-19  
*Palestra Bottego*

### MINIVOLLEY

- (fino alla 5a elementare)  
martedì e giovedì h 17-18,30  
*Palestra Vasco de Gama*

### PATTINAGGIO ARTISTICO

- Bambini  
martedì e venerdì h 17-18,30  
*Pattinodromo Vasco de Gama*  
martedì e venerdì h 16,30-18  
*Pista Sferisterio*
- Adulti  
venerdì h 21-23  
*Pista Sferisterio*

### PATTINAGGIO IN LINEA

- martedì e giovedì h 18-19  
*Pattinodromo Vasco de Gama*

### ZUMBA

- Zumba kids  
mercoledì h 17-18  
*Palestra Bottego*

informazioni:

051 63 45 717 - [contattaci@polisportivalame.bologna.it](mailto:contattaci@polisportivalame.bologna.it)





# “Prova lo Sport” gratis con noi

Riprende l'attività motoria e agonistica della Polisportiva Lame e, come di consueto, ecco l'appuntamento con il “Prova lo Sport 2017”. Una miriade di opportunità, aperte a tutti, per testare le attività che verranno messe in campo con l'inizio della stagione 2017/2018.

A partire **dal 18 settembre e sino a fine mese, gratuitamente**, una volta arrivati al Centro Sportivo Vasco De Gama, alle Palestre Malpighi di via Marco Polo, alle scolastiche Salvo D'Acquisto e Bottego della Beverara, al Centro Pizzoli di via Zanardi, alle Rosa Luxemburg di via della Volta, tutte le bambine e i bambini ruoteranno nelle varie attività per scegliere il gioco-sport preferito, tanti giovani si metteranno alla prova nella disciplina più stimolante per indirizzare in maniera sana tutte le loro energie, così come gli adulti, per scacciare la tensione e lo stress dopo il lavoro e riacquistare un po' di serenità, potranno provare tante discipline a loro adatte, nonché tanti “over” combatteranno la sedentarietà partecipando a corsi organizzati appositamente per loro. Per i piccolissimi a partire dai 3 anni la parola d'ordine sarà “divertimento” e discipline come per esempio la Zumba Kids e la Danza, caratterizzate dall'uso della musica, solleciteranno la coordinazione.

I bambini a partire dai 4 anni, ma



anche più grandini, avranno l'opportunità di esprimersi, di raggiungere graduali e piccoli obiettivi, di ascoltarsi e di emozionarsi attraverso discipline quali per esempio le Arti Marziali, la Break-dance, la Danza moderno-contemporanea e creativa, la Ginnastica Artistica, il Mini Basket e il Basket, il Calcio, la Pallavolo, il Pattinaggio Artistico, il Pattinaggio in Linea.

Per gli adulti ecco le Ginnastiche di Mantenimento, il Pilates e la Zumba, il Cicloturismo, il Pattinaggio Artistico o in Linea.

Ma le competenze degli istrut-

tori che incontrerete non si fermano qui, avranno consigli e proposte anche per i cosiddetti “over”: i più riflessivi potranno provare lo Joga, il Memory Training o il Mantenimento, ma chi desidera ancora attività “frizzanti” si potrà davvero divertire con la Zumba plus!

Per tutte le informazioni riguardo giorni e orari nella pagina a fianco trovate il volantino dedicato a “Prova lo Sport 2017”, oppure chiamate la segreteria della Polisportiva Lame al numero 051/ 6345717.

## GiornaLame

- **DIRETTORE RESPONSABILE:** Alessandro Alvisi
- **REDAZIONE:** Giulia Maccaferri
- **FOTOGRAFO:** Ernesto Fabbiani
- **INDIRIZZO:** Via Vasco De Gama 20, Bologna  
Autorizzazione del Tribunale n. 5286
- **STAMPA:** Tipografia Guizzardi - Bologna  
Chiuso in tipografia il 05/09/2017

# BERARDI

BULLONERIE

dal 1919



# POLISPORTIVA **LAME**

# ATTI 2017-

## **Basket, minibasket maschile e femminile**

Palazzetto Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20  
Palestra Salvo d'Acquisto - via della Beverara, 188  
Palestra Rosa Luxemburg - via dalla Volta, 4

## **Cicloturismo**

Centro sportivo Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20

## **Calcio, calcio a 5**

Centro sportivo Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20  
Centro sportivo Pizzoli - via Zanardi, 228

## **Danza moderno-contemporanea creativa, break dance, pilates zumba, salsa**

Palestra Malpighi - via Marco Polo, 20

## **Ginnastica artistica**

Palestra Bottego - via della Beverara, 188



© danilo ferroni



# VITA E CORSI -2018

## **Ginnastica adulti, anziani mantenimento, posturale**

Centro sportivo Pizzoli - via Zanardi, 228  
Palestra Malpighi - via Marco Polo, 20

## **Judo**

Centro sportivo Pizzoli - via Zanardi, 228

## **Mini volley**

Centro sportivo Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20

## **Pattinaggio artistico**

Pattinodromo Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20  
Palestra Sferisterio - via Irnerio, 2

## **Pattinaggio in linea**

Pattinodromo Vasco de Gama - via Vasco de Gama, 20  
Palestra Bottego - via della Beverara, 188





# Polisportiva Lame in campo

Arrivato alla sua ottava edizione, lo **Sport Camp** estivo quest'anno ha rinnovato la sua veste, prendendo una sfumatura un po' più giocosa e "artistica" con la grande novità del venerdì a tema! Pur mantenendo la tradizionale struttura sportiva, in cui i bambini e i ragazzi durante la settimana hanno provato gli sport dei nostri settori e si sono rinfrescati per una mattina alla settimana in piscina, abbiamo deciso di dare grande spazio alla creatività facendo scegliere ai ragazzi stessi il tema della settimana su cui poi sviluppare dei travestimenti e una performance artistica (per lo più di danza e recitazione) supervisionati dalle nostre direttrici artistiche Beatrice ed Elena Marchetti che hanno guidato i bambini ad incanalare le loro idee ed energie durante le prove. Il gran finale del venerdì ha previsto una vera e propria gara di travestimento ed esibizioni con tanto di coppe e premiazione! Dobbiamo sottolineare come in alcune occasioni si siano toccati anche temi profondi e di attualità, come il bullismo e altre problematiche attuali che coinvolgono la fascia di età dei ragazzi coinvolti e quindi anche il grande valore educativo che ha avuto questa iniziativa.

Il **Basket** ha iniziato un nuovo cammino dalla scorsa stagione, con discreti risultati, e proseguirà sulla strada intrapresa. Quindi grande spazio al Baby Basket, per i piccolissimi, e alle attività di Mini Basket. Due le squadre di adulti maschili, impegnate nei campionati CSI e UISP e ai nastri di partenza anche una nuova squadra senior femminile, che disputerà i Tornei CSI.

La stagione sportiva 2016-17 è stata ricca di risultati sportivi, educativi ed organizzativi per il settore **Calcio**. Per l'anno che va ad incominciare la novità più rilevante è l'arrivo in Polisportiva Lame di Giuseppe Anaclerio: sì, avete capito bene, l'ex giocatore del Bologna e fino allo scorso anno allenatore delle giovanili del Real Casalecchio. Anaclerio, che abita nel nostro quartiere, ha deciso di collaborare con noi nel costante processo di

miglioramento che ha contraddistinto il Calcio sin dalla sua rifondazione, datata ormai 15 anni orsono. Si tratta di una grande iniezione di qualità e competenza calcistica che può aprirci nuovi e importantissimi orizzonti che finora, nonostante la nostra buona volontà, ci erano preclusi. Dal punto di vista sportivo schiereremo complessivamente dieci formazioni tra il Torneo UISP "Oltre le regole" e la FIGC e in specifico: 1) UISP: cinni, due squadre di monelli, tre di boys; 2) FIGC: due squadre di esordienti, una di giovanissimi e una di allievi.

Nonostante il grandissimo caldo che ha contraddistinto questa stagione estiva, il **Gruppo Ciclismo** ha continuato con la solita grinta ed entusiasmo che lo contraddistinguono ad essere attivo, percorrendo sempre più chilometri in bici e trascorrendo sempre più tempo in ottima compagnia.

Il 25 giugno si è tenuta la bellissima Gran Fondo Gaggio Montano, con partenza ed arrivo dalla sede della nostra Polisportiva in via Vasco de Gama. Si tratta di una delle Gran Fondo cicloturistiche non competitive dell'11° Giro Appennino Bolognese e Valli di Comacchio. È stata una giornata di sport che ha visto partecipare quasi 1000 ciclisti da varie zone della regione e l'ottima riuscita della manifestazione è dovuta alla Polisportiva Lame ed a tutti i volontari che si sono adoperati per far star bene i nostri ospiti. Proseguono quindi le partecipazioni ai raduni del Campionato Provinciale UISP che si svolgono ogni domenica sul nostro territorio bolognese: quest'anno il raduno organizzato dalla nostra società unitamente alla società Medicina 1912 si terrà domenica 21 ottobre e l'incasso sarà devoluto in beneficenza.

Dopo un anno ricco di impegni e positivi risultati, le insegnanti dei corsi di **Danza** sono felici di ricominciare dopo la pausa estiva! Abbiamo concluso le attività portando in scena uno spettacolo emozionante intitolato "Costruire #4", venerdì 16 giugno presso il Teatro Celebrazioni di Bologna.

Oltre che una bellissima serata, è stata anche motivo di crescita per i nostri allievi che, dai più grandi ai più piccoli, hanno saputo dimostrare al numeroso pubblico presente l'impegno profuso nell'arco dell'anno trascorso insieme e i miglioramenti ottenuti. I gruppi che hanno partecipato a questo evento sono stati tutti i corsi di danza moderno-contemporanea, passando dalle piccolissime del pre-danza alle più grandi della Compagnia Lame Danza, i gruppi di break-dance, di Zumba fino al pre-agonismo e agonismo della ginnastica artistica. Un altro obiettivo raggiunto durante lo scorso anno è stato quello di partecipare per la prima volta al concorso Dance Contest Modern TV organizzato presso il Teatro Laura Betti di Casalecchio di Reno, dove i corsi Intermedio e Avanzato si sono distinti con una coreografia dai notevoli elementi tecnici. Anche questa è stata un'esperienza motivante e allo stesso momento arricchente per le nostre ragazze, non soltanto dal punto di vista tecnico ma anche per la coesione del gruppo.

L'obiettivo della **Ginnastica Artistica**, per la stagione che si apre, è ripartire là dove abbiamo concluso, in estate.

Tantissime bambine e bambini, come da numerosi anni a questa parte, va sottolineato, hanno partecipato con grande entusiasmo alle numerose manifestazioni ed esibizioni che si sono presentate nell'ultima parte dell'anno, gare e saggi che hanno fatto da cornice alla vita sportiva della ginnastica. Come sempre per l'organizzazione del settore vogliamo fare un ringraziamento ai dirigenti, ai volontari e alle istruttrici che hanno reso tutti questi avvenimenti speciali e divertenti. Ogni anno cerchiamo di rendere questo sport un'occasione di crescita sportiva e sociale; sono, infatti, moltissime le bimbe/i che hanno partecipato alle gare UISP e alle gare amatoriali portando a casa tantissime soddisfazioni e risultati.

Grazie alla partecipazione delle famiglie e alle manifestazioni svolte di autofinanziamento è stato possibile





anche quest'anno l'acquisto di materiale sportivo per i gruppi di ginnastica di base. Continuerà, a grande richiesta, il corso di Gioco Ginnastica per bambini di 3 e 4 anni: l'attività si svolge il giovedì dalle 17 alle 18 presso le scuole Bottego; una divertente attività che ha come obiettivo lo sviluppo delle capacità motorie di base come la coordinazione, l'equilibrio e il ritmo e lo sviluppo di tutti gli schemi motori attraverso giochi, percorsi ed esercizi con piccoli e grandi attrezzi. Continuano e si mantengono i corsi di base di ginnastica artistica rivolti ad ogni fascia di età presso le Scuole Bottego e i corsi di agonismo presso le Palestre DLF. Vi aspettiamo numerosi!

È l'ora di ricominciare anche per i nostri allievi più veterani, i nostri fedeli over, i quali da tanti anni a questa parte partecipano numerosissimi ai nostri corsi di **Ginnastica di mantenimento**. Le attività che proponiamo per loro sono molte e varie: dal pilates alla ginnastica posturale, dall'attività aerobica al memory fino ad arrivare ai balli di gruppo. Grande novità il nuovo corso di Ginnastica posturale presso le Palestre Pizzoli il lunedì e giovedì dalle ore 20.00 alle ore 21.30. Viene tenuto a piccoli gruppi di poche persone e ciascun corso è finalizzato alla rieducazione posturale, la cui funzione è far sì che le persone imparino ad effettuare correttamente gesti e movimenti della vita quotidiana, correggendo le posizioni scorrette che si assumono abitualmente. L'obiettivo è quindi quello di rieducare l'apparato muscolo-scheletrico della persona per ottenere una maggiore mobilità attraverso una serie di esercizi che ristabiliscono l'equilibrio muscolare. La ginnastica è, inoltre, adatta per tutte le età e aiuta a prevenire il mal di schiena lombare e a mantenere una buona forma fisica generale. I movimenti dolci accompagnati a momenti rilassanti sono indicati anche durante il periodo di gestazione ed è finalizzata a gestire con serenità la gravidanza e prepararsi al parto. Venite a provare, vi aspettiamo numerosi!

La stagione appena passata è stata ricca di nuove esperienze per il settore **Judo**. I piccolissimi (5-8 anni) hanno partecipato a molteplici gare regionali con regolamento protetto: Criterium di Bologna, Castel Maggiore,

Castenaso, Ferrara, Cesena e Crevalcore. Ad ogni manifestazione abbiamo portato a casa prestigiose medaglie.

Queste esperienze sono fondamentali per la crescita tecnica e psicomotoria del bambino in quanto il piccolo allievo impara a confrontarsi con atleti di pari livello ma di palestre differenti. Impara a gioire della vittoria ed assimilare la sconfitta, esperienze che non sono altro che una proiezione della vita futura. Alla fine della manifestazione tutti i partecipanti vengono comunque premiati come segno dello spirito olimpico dove è importante esserci e vincere le proprie paure. Il gruppo dei preagonisti (dai 12 anni) ha visto, tra gli altri, il debutto delle "temibili" sorelle Caggiano, Nicole e Sofia, che al loro secondo anno di frequenza hanno affrontato gare interregionali portando medaglie e successi, e la conferma di Mirko Tonelli. Quest'anno è stato proprio l'anno del judo femminile con il ritorno alle gare di Aurora Naldi (tre gare, tre ori) e il debutto di Giada Bonoria, Alice Guerra, Arianna e Serena Hlusko, Iside Gudini.

Bravissimi anche Manuel Recco, Alessio Novellis, Thomas Rossi, Emma Valbonesi, Matteo e Matilde Virardi, Gabriele Vorraro e Alessandro Sacchetti. Vi aspettiamo ora - con anche la promozione ad aiuto allenatore di Gabriele D'Anesio - in quanto veterano della squadra, nelle giornate di martedì e giovedì alla Palestra Pizzoli.

Dopo un primo quadrimestre ricco di soddisfazioni per il **Pattinaggio Artistico**, con il Gruppo "L'ultimo gesto di un clown" su podi regionali e nazionali, con i giovani agonisti ai vertici di trofei locali, con la perfetta riuscita dell'evento benefico Lame Christmas Gala e la vittoria al Trofeo Mariele Ventre con il gruppo "Tutanc'mon", non possiamo dire che la seconda parte dell'anno sia stata da meno.

I singoli dell'agonistica hanno conquistato in varie specialità podi in ambito locale; nei Livelli per ora ai Provinciali si sono distinti Caterina, Chiara, Elisa, Martina, Sara M., Sara T., Veronica; per loro e per i compagni di squadra attendiamo i Regionali di ottobre per definire il passaggio agli Italiani. Ma altri ottimi risultati hanno portato le qualificazioni dai Regionali

alle corrispondenti prove nazionali e internazionali: in particolare hanno caratterizzato la nostra "estate tricolore" Aurora con la sua qualificazione ai Nazionali di Obbligatoria, Teresa agli Italiani di Solo Dance, Elisa con il suo bellissimo 2° posto agli Italiani di Solo dance, a cui hanno anche partecipato Elena, Francesco, Noemi e Teresa, Elena arrivata in finale ai Nazionali di Formula Uisp, Francesco arrivato al 4° posto nella medesima specialità e il Gruppo "L'ultimo gesto di un clown" giunto 1° all'International Skating Trophy. Abbiamo poi ottenuto un bel successo di squadra nella promozione sportiva vincendo il Trofeo Regionale Smile. Il Disco Roller del martedì sera, ovvero le serate aperte al pubblico per il pattinaggio libero, ha visto un incremento di partecipanti e tante idee nuove messe in campo da parte del nostro insostituibile staff volontari, che come sempre ringraziamo.

Esaltante stagione sportiva per il **Pattinaggio in Linea** della Polisportiva Lame! Una nuova ondata di freschezza e personalità di alto livello per il settore, che ha rinnovato lo staff ed è ripartito con entusiasmo e professionalità. Laura, Valentina, Eugenio, Riccardo e Lorenzo sono ora all'opera per guidare e far crescere il Pattinaggio in Linea. I corsi formativi, a partire da una folta partecipazione al "Prova lo sport" e a una forte promozione, hanno visto subito un notevole incremento delle presenze. Una trentina i bambini che si sono avvicinati alla nostra disciplina, di cui una decina passeranno alla preagonistica nel 2018. Per quanto riguarda gli agonisti, ottimi risultati per Davide Casoni: ha conquistato la prima medaglia per la Polisportiva Lame ad un Campionato Italiano di Federazione, bronzo nella 100 metri in corsia ad Asiago; successivamente bronzo anche al Campionato Italiano di maratona, 42 km, sempre ad Asiago. Un risultato storico! La Squadra Agonistica, composta da Alessia, Alessandro, Luigi, Andrea, Lorenzo, Samuele, Matteo e Riccardo, ha rappresentato i colori della Polisportiva alle competizioni Provinciali, Regionali e Nazionali. Ora tutto è pronto per la nuova stagione con una news importante: il corso per adulti 2017-2018 che partirà a settembre, sotto la guida di Lorenzo e Luigi.

prova gratis dal 25 al 29 settembre

## ATTIVITÀ ADULTI

### GINNASTICA POSTURALE

Palestra Pizzoli  
lunedì-giovedì  
h 20,15-21,15

### PATTINAGGIO ARTISTICO

Sferisterio  
venerdì h 21-23

### PATTINAGGIO IN LINEA

Vasco de Gama  
Salvo d'Acquisto (inverno)  
lunedì h 21-23

### PILATES

Palestra Malpighi  
Principianti:  
lunedì-giovedì h 19-20  
Advanced:  
martedì h 20,30-21,30  
giovedì h 21,15-22,15

### SALSA

Palestra Malpighi  
lunedì h 21,15-22,45

### YOGA

Palestra Pizzoli  
1° corso  
lunedì h 18,30-20  
mercoledì h 17-18,30  
2° corso  
mercoledì 18,30-20

### ZUMBA

Palestra Malpighi  
lunedì-giovedì h 20-21

## ATTIVITÀ OVER

### GINNASTICA

Palestra Malpighi  
1° corso (soft)  
lunedì-giovedì  
h 15,00-16,00  
2° corso  
lunedì-giovedì  
h 16,00-17,00

Palestra Pizzoli

1° corso  
lunedì-giovedì  
h 9,30-10,30

### 2° corso

lunedì-giovedì  
h 10,30-11,30  
1° corso  
martedì-venerdì  
h 14,50-15,50  
2° corso  
martedì-venerdì  
h 15,50-16,50

### GINNASTICA DINAMICO POSTURALE

Palestra Malpighi  
1° corso (soft)  
lunedì-giovedì  
h 17,00-18,00  
2° corso  
lunedì-giovedì  
h 18,00-19,00

### GINNASTICA DOLCE

Palestra Malpighi  
Memory  
martedì-venerdì  
h 9,30-10,30  
Pilates  
martedì h 10,30-11,30  
Balli di gruppo  
venerdì h 10,30-11,30



POLISPORTIVA  
**LAME**

via Vasco de Gama, 20 - Bologna

info: 051 63 45 717 - contattaci@polisportivalame.bologna.it

## Farmacia Cooperativa partner della Polisportiva Fidelity Card ed ECG nuove opportunità

Pronti per l'iscrizione ai Corsi e alle Attività autunnali della Polisportiva Lame?

Farmacia Cooperativa offre tra i suoi servizi l'ECG a riposo e, da quest'anno, ha attivato una collaborazione con la Polisportiva Lame che prevede la **possibilità di effettuare l'esame direttamente in Polisportiva** in giorni prestabiliti. In aggiunta, l'ECG si potrà eseguire direttamente nella

Farmacia Cooperativa Bologna Centro Lame (Galleria Iper Lame, via Marco Polo 3). Si effettua senza prenotazione o richiesta medica e il referto è compilato dallo specialista cardiologo tramite invio telematico e consegnato al cliente nel giro di qualche minuto. Il costo dell'elettrocardiogramma è di 28 euro. Per chi si iscrive ai corsi sportivi della Polisportiva Lame, quest'anno il servizio sarà dunque a disposizione nelle strutture di via Vasco De Gama nei giorni di **lunedì 25 settembre** e **venerdì 29 settembre**, il pomeriggio a partire dalle 17.00. Anche per chi si reca ad effettuare l'esame in Polisportiva non è necessaria la prenotazione ed il referto sarà immediato. L'esame sarà svolto in presenza di un farmacista specializzato e il referto sarà certificato telematicamente da un medico cardiologo.



Questa opportunità è stata pensata appositamente da Farmacia Cooperativa per rendere più agevole la procedura di iscrizione alle famiglie: in pochi minuti si può così ottenere, senza spostamenti o perdite di tempo, il referto dell'ECG a riposo, indispensabile per avere il certificato dal proprio medico ed essere così pronti con tutta la documentazione necessaria per cominciare a fare sport.

Ricordiamo che Farmacia Cooperativa Bologna Centro Lame è dalla scorsa stagione partner della Polisportiva Lame e, tra le varie opportunità, mette a disposizione una **Fidelity Card** per soci e iscritti, con una marea di sconti e opportunità. Chiedete in Polisportiva o venite in Farmacia!

Controlla quando vuoi lo stato del tuo cuore nella tua Farmacia Cooperativa più vicina: **Centro Lame Bologna** - Via Marco Polo 3, Galleria del Centro Lame - tel. 051/6341275; **Comunale di San Giorgio di Piano (BO)** - Via Pirotti 16/18 - tel. 051/6630861.

Seguici: su [www.farmaciacooperativa.it](http://www.farmaciacooperativa.it)