



CORSI

STAGIONE

USSA VIALE TRIESTE 17
39100 BOLZANO (BZ)
TEL. 0471 272089

iscrizioni per i nuovi corsi
dal nostro sito
www.ussa.bz.it
dal 5 settembre 2024

24 25



CORSI | 24
STAGIONE | 25



USSA VIALE TRIESTE 17
39100 BOLZANO (BZ)
TEL. 0471 272089
info@ussa.bz.it

iscrizioni per i nuovi corsi
dal nostro sito

www.ussa.bz.it

dal 5 settembre 2024

I CORSI SONO RIVOLTI AI NOSTRI
ASSOCIATI

**IL MOVIMENTO È VITA
SPORT EDUCAZIONE**

A partire dai 7 anni è necessario
presentare il certificato medico
come da Legge provinciale n.1 del 13
gennaio 1992, D.M. del 24.04.2013

CORSI | 24
STAGIONE | 25



ROLLER DAYS

PRESSO LA PISTA ZERO DI VIA GENOVA

28 e 29 SETTEMBRE 2024

LA PARTECIPAZIONE E' APERTA A TUTTI GRANDI E PICCOLI

Pista "Zero" dalle ore | 10.00 - 12.00 |

Ritrovo alle ore 9.30

svolgimento di "gincane", mini hockey, percorsi e giochi con i nostri maestri!
seguirà un rinfresco offerto per tutti!

Nel pomeriggio esibizioni Hockey inline, roller derby e Gym lab

PATTINI E PROTEZIONI IN USO GRATUITO



CORSI | 24
STAGIONE | 25



PATTINAGGIO Roller / Ghiaccio

PRESSO LA PISTA ZERO DI VIA GENOVA

DAL 7 OTTOBRE 2024 AL 15 GIUGNO 2025

CORSI PER BAMBINI DAI 5 ANNI COMPIUTI

CORSO ROLLER DAL 08 OTTOBRE AL 23 NOVEMBRE - 6 LEZIONI:

MARTEDI' | 15.30 - 16.30 |

GIOVEDI' | 15.30 - 16.30 |

€ 60,00

CORSO DI PATTINAGGIO SU GHIACCO:

SABATO | 9.30 - 11.00 |

DAL 14 DICEMBRE AL 15 FEBBRAIO 2025 - 8 LEZIONI

€ 150,00

CORSO PRIMAVERILE DI ROLLER:

SABATO | 9.30 - 11.00 |

DAL 15 MARZO 8 LEZIONI

€ 150,00

**UTILIZZO DEI PATTINI / PROTEZIONI / CASCHI
COMPRESO NELLA QUOTA!**



CORSI | 24
STAGIONE | 25



VACANZE AUTUNNALI

**PROPOSTE PER BAMBINI E RAGAZZI DELLE
SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE**

DAL 28 AL 31 OTTOBRE 2024 - 4 GIORNI

NUOTO INTENSIVO:

PRESSO LA PISCINA SAMUELE | 9.00 - 11.00 |
4 GIORNI € 80,00

PATTINAGGIO INLINE - MINI HOCKEY - E GIOCHI VARI:

PRESSO LA PISTA ZERO DI VIA GENOVA | 8.00 - 12.00 |
4 GIORNI € 80,00

TENNIS - GIOCHI - PICKLEBALL E TANTO DIVERTIMENTO:

PRESSO SPORTCITY DI VIA MASO DELLA PIEVE | 8.00 - 12.00 |
4 GIORNI € 80,00



Nuoto

I NOSTRI CORSI DI NUOTO SONO DIVISI IN 3 TURNI

1° TURNO DAL 7 OTTOBRE AL 23 DICEMBRE 2024

2° TURNO DAL 7 GENNAIO AL 15 MARZO 2025

3° TURNO DAL 17 MARZO AL 31 MAGGIO 2025



PISCINA SAMUELE

CORSI PER BAMBINI DAI 5 ANNI COMPIUTI

dal LUNEDI' al VENERDI': | 15.20 - 16.10 |
| 16.10 - 17.00 |

SABATO: | 9.00 - 9.50 | 9.50 - 10.40 | 10.40 - 11.30 | 11.30 - 12.20 |
| 14.30 - 15.20 | 15.20 - 16.10 | 16.10 - 17.00 |

CORSI PER BAMBINI DI 4 ANNI

MERCOLEDI': | 16.10 - 17.00 |

SABATO: | 9.00 - 9.50 | 11.30 - 12.20 | 15.20 - 16.10 |

CORSI PER RAGAZZI 14 - 16 ANNI

MARTEDI': | 16.10 - 17.00 |

GIOVEDI': | 16.10 - 17.00 |

CORSI DI NUOTO INDIVIDUALI - per bambini con esigenze speciali B.E.S.

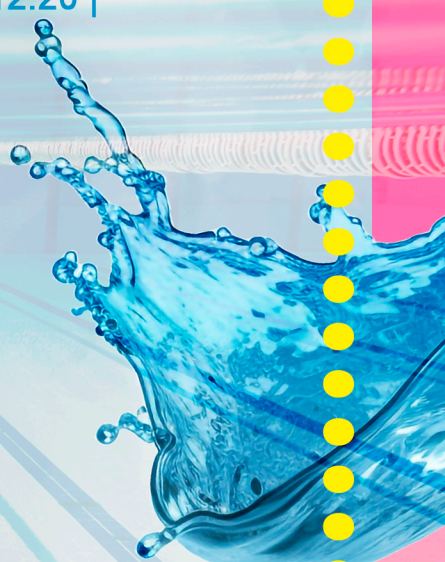
Per ogni orario è possibile l'inserimento di un bambino/a con istruttore dedicato.

NUOTO LIBERO ADULTI

l'iscrizione è valida per l'intera stagione ottobre/maggio

MARTEDI': | 20.00 - 21.00 |

MERCOLEDI': | 19.00 - 20.00 |



CORSI | 24
STAGIONE | 25

USSA

I NOSTRI CORSI DI NUOTO SONO DIVISI IN 3 TURNI

1° TURNO DAL 7 OTTOBRE AL 23 DICEMBRE 2024

2° TURNO DAL 7 GENNAIO AL 15 MARZO 2025

3° TURNO DAL 17 MARZO AL 31 MAGGIO 2025

PISCINA DON BOSCO

NUOTO LIBERO ADULTI

l'iscrizione è valida per l'intera stagione ottobre/maggio

MERCOLEDÌ: | 21.10 - 22.00 |

CORSO DI NUOTO PER ADULTI

MERCOLEDÌ: | 20.10 - 21.00 | 21.10 - 22.00 |

PISCINA VIA FAGO

CORSI DI ACQUACITA' NEONATALE PER BAMBINI DA 3 A 36 MESI

E' richiesta la presenza in acqua di almeno un genitore.

LUNEDÌ: | 8.30 - 9.30 |

CORSO DI ACQUAGYM PER ADULTI

GIOVEDÌ: | 11.30 - 12.30 |



Costi, informazioni e iscrizioni sul nostro sito www.ussa.bz.it

SCI Alpino a Obereggen

DA GENNAIO 2025

Quando: sabato 11, 18, 25 gennaio
sabato 1, 8, 15, 22 febbraio
sabato 1 marzo

PER BAMBINI DAI 5 ANNI COMPIUTI

1) PACCHETTO SOLO CORSO (MATTINA)

Appuntamento a Obereggen alle ore 9.45 e ritiro alle 12.00 - Il corso prevede: due ore di lezione con I MAESTRI DI SCI dalle 10.00 alle 12.00

2) PACCHETTO SOLO CORSO (POMERIGGIO)

Appuntamento a Obereggen alle ore 13.45 e ritiro alle 16.00 - Il corso prevede: due ore di lezione con I MAESTRI DI SCI dalle 14.00 alle 16.00

3) PACCHETTO TUTTI IL GIORNO SENZA TRASPORTO

Appuntamento a Obereggen alle ore 9.30 e ritiro alle 15.30 - Il corso prevede: due ore di lezione con I MAESTRI DI SCI dalle 10.00 alle 12.00 - pranzo assistiti dai nostri accompagnatori - sci con gli accompagnatori fino alle 15.30

4) PACCHETTO TUTTO IL GIORNO CON TRASPORTO

Ore 8.30 partenza da Bolzano (via Esperanto) con pullman - Il corso prevede: due ore di lezione con I MAESTRI DI SCI dalle 10.00 alle 12.00 - pranzo assistiti dai nostri accompagnatori. Sci con gli accompagnatori fino alle 15.30 ore 16.30 ritorno a Bolzano e ritiro nello stesso punto di partenza

PER ADULTI: NON È MAI TROPPO TARDI PER COMINCIARE A SCIARE

Consigliato ai genitori dei bambini iscritti ai nostri corsi per imparare parallelamente a loro e trasformarvi in una famiglia di sciatori!

PER ADULTI PACCHETTO SOLO CORSO MATTINA

appuntamento a Obereggen alle ore 9.45

Il corso prevede: due ore di lezione con i MAESTRI DI SCI dalle 10:00 alle 12:00

A TUTTI I CORSI VA AGGIUNTO IL PREZZO DELLO SKIPASS

prezzi e maggiori informazioni sul nostro sito WWW.USSA.BZ.IT

INFORMAZIONI:

In tutti i pacchetti è compresa la tessera USSA e l'assicurazione
Verranno stipulate convenzioni per il noleggio del materiale

SNOWBOARD a Obereggen

DA GENNAIO 2025

Quando: sabato 11, 18, 25 gennaio
sabato 1, 8, 15, 22 febbraio
sabato 1 marzo

PER BAMBINI DAI 6 ANNI COMPIUTI

CORSO POMERIDIANO: appuntamento A Obereggen alle ore 13.45 e ritiro ore 16.00
Gli allievi saranno divisi in principianti e avanzati.

A TUTTI I CORSI VA AGGIUNTO IL PREZZO DELLO SKIPASS
prezzi e maggiori informazioni sul nostro sito
WWW.USSA.BZ.IT

INFORMAZIONI:

In tutti i corsi è compresa la tessera USSA e l'assicurazione
Verranno stipulate convenzioni per il noleggio del materiale



SCI di FONDO a Passo Lavazè

DA GENNAIO 2025

Quando: sabato 11, 18, 25 gennaio
sabato 1, 8, 15, 22 febbraio
sabato 1 marzo

PER BAMBINI DAI 5 ANNI COMPIUTI

CORSI PER PRINCIPIANTI E PROGREDITI:

Possibilità di noleggio materiale GRATUITO fino ad esaurimento scorte.

Il corso prevede:

1 ora e 30' di lezione con i maestri della scuola di sci di Lavazè'

Accesso alle piste e accompagnatori

TRASPORTO A CURA DELLE FAMIGLIE

VACANZE di CARNEVALE

**PROPOSTE PER BAMBINI E RAGAZZI DELLE
SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE**

DAL 3 AL 7 MARZO 2025 - 5 GIORNI

NUOTO INTENSIVO + ATTIVITA' IN PALESTRA:

PRESSO LA PISCINA SAMUELE E PALESTRE ADIACENTI | 8.00 - 12.00 |
€ 100,00

TENNIS - SPORT - PICKLEBALL E TANTO DIVERTIMENTO:

PRESSO I CAMPI DI SPORTCITY A MASO DELLA PIEVE | 8.00 - 12.00 |
€ 100,00

PATTINAGGIO INLINE - MINI HOCKEY - E GIOCHI VARI:

PRESSO LA PISTA ZERO DI VIA GENOVA | 8.00 - 12.00 | € 100,00



Progetto "Terza età"

Settembre - corso di Nordic Walking (svolgimento parco Europa - Talvera)

Venerdì 13/9 ore 17:30 -14-Sabato 09:00

Venerdì 20/9 ore 17:30 -21-Sabato 09:00

Uscita settimanale date da confermare

Sabato 7/9 gita in Val Sarentino

Sabato 28/9 gita a Renon

Ottobre - corso di Nordic Walking (svolgimento parco Europa - Talvera)

Venerdì 11/10 ore 17:30 -12 - Sabato 09:00

Venerdì 18/10 ore 17:30 -19 - Sabato 09:00

Uscita settimanali date da confermare

Sabato 5/10 gita in Val Casies

Sabato 26/10 a San Genesio

il Costo dei corsi è di €35,00 cadauno + la quota associativa di €11,00 al posto di €13,00 sconto fatto come ai soci del CRAL per over 65 gli altri €13,00.

Tutte le iscrizioni verranno fatte da questa ASD tramite portale EPS- CONI ASI con relativo rilascio della Tessera.

Il costo delle uscite, sono solo le spese vive in caso di uso di mezzi privati o noleggi.

Tutte le uscite verranno effettuate con un minimo di 5 persone informazioni più dettagliate sono inserite nel sito www.nordicwalkingrelaurino-bolzano.it

o telefonando a 349-3851420.

**IN COLLABORAZIONE
CON:**

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL



PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

DOLOMITI ITALY SKIRESORT
obereggen

alperia



SPARKASSE
CASSA DI RISPARMIO



WBR

LA TUA AGENZIA • DEINE AGENTUR
ASSICURAZIONI - VERSICHERUNGEN

Potenza

Potenza Andrea & C. sas dal - seit 1970