



Orario	lunedì		martedì		mercoledì		giovedì		venerdì		sabato		domenica	
	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Teatro	Sala 2	Teatro	Sala 2
08 00 15 30 45														
09 00 15 30 45														
10 00 15 30 45														
11 00 15 30 45	10:30-11:30 FONDAZIONE IL SOLE					11:00-12:00 MONTEMERANO		10:30-11:30 RESIDENZA IL SOLE						
12 00 15 30 45														
13 00 15 30 45														
14 00 15 30 45														
15 00 15 30 45								14:30-16:30 CIRCO SOCIALE						
16 00 15 30 45	14:00-19:30 CIRCO SOCIALE									15:30-16:30 CIRCO SOCIALE				
17 00 15 30 45			16:30-18:00 DISCIPLINE AEREE Medi	15:30-19:30 CIRCO SOCIALE	16:30-17:30 SCUOLA DI CIRCO Piccoli		16:30-18:00 DISCIPLINE AEREE Medi		16:30-17:30 SCUOLA DI CIRCO Piccoli					
18 00 15 30 45			18:00-19:30 DISCIPLINE AEREE Grandi		17:30-18:30 SCUOLA DI CIRCO Medi		18:00-19:30 DISCIPLINE AEREE Grandi	17:30-19:30 CIRCO SOCIALE	17:30-18:30 SCUOLA DI CIRCO Medi					
19 00 15 30 45					18:30-19:30 SCUOLA DI CIRCO Grandi				18:30-19:30 SCUOLA DI CIRCO Grandi					
20 00 15 30 45			19:30-21:30 DISCIPLINE AEREE Adulti		20:00-21:30 ACROBATICA Adulti		19:30-21:30 DISCIPLINE AEREE Adulti							
21 00 15 30 45	20:00-22:00 SCUOLA DI CIRCO Adulti													
22 00 15 30 45														

NON PERDERTI
LA RASSEGNA
DI
SPETTACOLI
CHE MANTICA
ORGANIZZA
PRESSO LA
SUA SEDE E
LE LEZIONI
DI "FAMILY
CIRCUS":
ISCRIVITI AL
NOSTRO
NOTIZIARIO
SU
WWW.COMPAGNI
AMANTICA.IT

NON PERDERTI
LA RASSEGNA
DI
SPETTACOLI
CHE MANTICA
ORGANIZZA
PRESSO LA
SUA SEDE E
LE LEZIONI
DI "FAMILY
CIRCUS":
ISCRIVITI AL
NOSTRO
NOTIZIARIO
SU
WWW.COMPAGNI
AMANTICA.IT



CORSI MANTICA

Mantica Scuola di circo e Discipline aeree Piccoli

Da 5 a 7 anni.
Mercoledì e venerdì 16:30-17:30.

Mantica Scuola di circo Medi

Da 8 a 10 anni.
Mercoledì e venerdì 17:30-18:30.

Mantica Scuola di circo Grandi

Da 11 a 14 anni.
Mercoledì e venerdì 18:30-19:30.

Mantica Scuola di circo Adulti

Per tutte le età.
Lunedì 20:00-22:00.

Acrobatica

Mercoledì 20:00-21:30.

Mantica Discipline aeree Medi

Da 6 a 10 anni.
Martedì e giovedì 16:30-18:00.

Mantica Discipline aeree Grandi

Da 11 a 14 anni.
Martedì e giovedì 18:00-19:30.

Mantica Discipline aeree Adulti

Per tutte le età.
Martedì e giovedì 19:30-21:30.

Mantica Circo sociale

Per persone di tutte le età, con abilità diverse, Mantica ha attivi una serie di corsi specifici; per informazioni, orari e costi contattare Iolanda 329 884 9931.

INFO E COSTI

A Mantica scuola di circo le discipline insegnate sono **giocoleria, equilibrismo** (con oggetti e su oggetti come **trampoli, filo, sfera, rullo**), **clownerie, monociclo**.

Un giorno a settimana è dedicato a un corso specifico di **acrobatica**, incluso **verticalismo** e **manomano** (acrobatica di coppia).

A Mantica scuola di circo si insegnano anche le **discipline aeree** in un corso specifico su **tessuti, trapezio, cerchio, corda**.

Lezione di prova gratuita.

Per frequentare le lezioni di scuola di circo è necessario indossare un abbigliamento sportivo con scarpe da ginnastica, per alcune discipline stare senza scarpe, meglio se con calze antiscivolo, per altre rimanere scalzi.

Per frequentare le lezioni di discipline aeree è necessario indossare un abbigliamento sportivo possibilmente attillato con pantaloni lunghi e parte superiore con zona delle ascelle coperta, per le attività sugli attrezzi è necessario rimanere scalzi.

Iscrizione annuale, comprensiva di assicurazione, € 30 da versare un'unica volta a inizio attività. Il costo mensile delle lezioni è di: € 40 -> 1 lezione a settimana; € 50 -> 2 lezioni a settimana; € 60 -> 3 o più lezioni a settimana. Nel caso di genitori che iscrivono più figli è previsto uno sconto del 10% sulle quote oltre la prima, calcolato in base a quella minore. Sconti non cumulabili.

Circo sociale: informazioni, orari e costi Iolanda 329 884 9931.

CERTIFICATI PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA, LE LINEE GUIDA

"LINEE GUIDA DI INDIRIZZO IN MATERIA DI CERTIFICATI MEDICI PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA" DEL MINISTERO DELLA SALUTE.

Chi deve fare il certificato

- gli alunni che svolgono attività fisico-sportive parascolastiche, organizzate cioè dalle scuole al di fuori dall'orario di lezione;
- coloro che fanno sport presso società affiliate alle Federazioni sportive nazionali e al Coni (ma che non siano considerati atleti agonisti);
- chi partecipa ai Giochi sportivi studenteschi nelle fasi precedenti a quella nazionale.

Quali sono i medici certificatori

- il medico di medicina generale per i propri assistiti;
- il pediatra di libera scelta per i propri assistiti;
- il medico specialista in medicina dello sport ovvero i medici della Federazione medico-sportiva italiana del Comitato olimpico nazionale italiano.

Quando fare i controlli e quanto dura il certificato

- il controllo deve essere annuale;
- il certificato ha validità annuale con decorrenza dalla data di rilascio.

Quali esami clinici sono necessari

- per ottenere il rilascio del certificato è necessaria l'anamnesi e l'esame obiettivo con misurazione della pressione e di un elettrocardiogramma a riposo effettuato almeno una volta nella vita;
- per chi ha superato i 60 anni di età associati ad altri fattori di rischio cardiovascolare, è necessario un elettrocardiogramma basale debitamente refertato annualmente;
- anche per coloro che, a prescindere dall'età, hanno patologie croniche conclamate che comportano un aumento del rischio cardiovascolare è necessario un elettrocardiogramma basale debitamente refertato annualmente;
- il medico può prescrivere altri esami che ritiene necessari o il consulto di uno specialista.